

2025

Empirische Studie über die Arbeitsgestaltung im Homeoffice in Schweizer Betrieben



Gina Auf der Maur, Hansjörg
Huwiler, Fanny Tranchellini,
Simon Erdin, Samuel Schluep,
Lisa Fässler

AEH Zentrum für Arbeitsmedizin,
Ergonomie und Hygiene AG

31.08.2025

Impressum

Auftraggeber:	Staatssekretariat für Wirtschaft SECO
Finanzierung:	Staatssekretariat für Wirtschaft SECO, Bundesamt für Gesundheit BAG, Gesundheitsförderung Schweiz GFCH
Durchführung Projekt und Kontakt:	AEH Zentrum für Arbeitsmedizin, Ergonomie und Hygiene AG Militärstrasse 76, 8004 Zürich
Zitiervorschlag	Auf der Maur, G. et al. (2025). <i>Ergonomie im Homeoffice – Evaluation der Homeoffice-Situation in Schweizer Betrieben</i> . [Im Auftrag des Staatssekretariats für Wirtschaft SECO]. Zürich: AEH AG.

Der vorliegende Text gibt die Auffassung der Autorinnen und Autoren wieder. Diese muss nicht notwendigerweise mit derjenigen der Auftraggeber und Auftraggeberinnen übereinstimmen.

Dank

Der vorliegende Bericht wäre ohne die Mitwirkung zahlreicher Personen nicht möglich gewesen. Wir bedanken uns bei den teilnehmenden Betrieben und deren Kontaktpersonen, allen Personen, die uns für Interviews zur Verfügung standen und auch allen, welche mit dem Ausfüllen der Befragung und dem Hochladen der Fotos ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes diese Untersuchung ermöglichten.

Zürich, August 2025

Gina Auf der Maur, Hansjörg Huwiler, Fanny Tranchellini, Simon Erdin, Samuel Schluep, Lisa Fässler

Inhalt

Abbildungsverzeichnis	III
Tabellenverzeichnis	III
Abkürzungen	IV
1 Management Summary	1
2 Einleitung	2
2.1 Ausgangslage	2
2.2 Ziele der Studie	2
2.2.1 Befragung	3
2.2.2 Fotoanalyse	3
2.3 Begriffe und Abgrenzung	3
3 Methodik	6
3.1 Datenerhebung	6
3.2 Rücklauf Befragung und Foto-Upload	6
3.2.1 Rücklauf	6
3.2.2 Datenbereinigung und Auswertung	7
3.3 Vorgehen Befragung	8
3.3.1 Gewinnung und Umgang mit der Stichprobe	8
3.3.2 Zusammenstellung Fragenkatalog	9
3.4 Vorgehen Fotoanalyse	10
3.4.1 Pilotversuch Fotoanalyse	10
3.4.2 Umsetzung Fotoanalyse	10
3.5 Stichprobenbeschrieb	10
4 Ergebnisse	13
4.1 Arbeitsorganisation	13
4.1.1 Betriebliche Regelungen/Weisungen	13
4.1.2 Arbeitszeiten und Abgrenzung	13
4.1.3 Überwachung am Arbeitsplatz	15
4.1.4 Finanzielle und materielle Unterstützung durch den Betrieb	15
4.1.5 Schulungen und Information	16
4.1.6 Autonomie und Partizipation	17
4.2 Soziale Beziehungen bei der Arbeit	17
4.3 Arbeitsaufgabe	18
4.4 Arbeitsumgebung vor Ort im Betrieb	18
4.5 Arbeitsumgebung/Arbeitsmittel im Homeoffice	19
4.5.1 Ergonomisch gut gestaltete Arbeitsplätze	19
4.5.2 Arbeitsraum, Bewegungsraum und Platzierung des Mobiliars	19
4.5.3 Mobiliar	20
4.5.4 Arbeitsmittel	21
4.5.5 Umgebungsfaktoren	22
4.5.6 Optimierungswünsche der Teilnehmenden	22

4.6	Beanspruchung bei der Arbeit	23
4.6.1	Gesundheit allgemein	23
4.6.2	Physische Beanspruchung und Beschwerden	24
4.6.3	Psychische Beanspruchung und Beschwerden	26
4.7	Gesundheitsverhalten der Stichprobe	27
4.7.1	Pausenverhalten und Präsentismus	27
4.7.2	Nutzung Social Media, Streaming-Angebote, Gaming.....	27
4.7.3	Tabak, Alkohol, Geld/Glücksspiele	28
4.7.4	Bewegungs- und Essverhalten	28
5	Diskussion.....	29
5.1	Einordnung der Studie.....	29
5.2	Arbeitsorganisation, Soziale Beziehungen und Arbeitsaufgabe	30
5.3	Arbeitsumgebung/Arbeitsmittel	32
5.4	Beanspruchung	34
5.5	Gesundheitsverhalten.....	35
6	Fazit.....	37
7	Handlungsempfehlungen	40
	Literatur	43
	Anhang	47
A-1	Literaturrecherche.....	47
A-2	Interviews mit Schlüsselpersonen	48
A-3	Datenbereinigung und Aufbereitung Datensatz	48
A-4	Informationen teilnehmende Betriebe	49
A-4.1	Rücklauf.....	49
A-4.2	Häufigkeitstabellen Angaben der Betriebe.....	49
A-5	Häufigkeitstabellen Befragung.....	51
A-5.1	Nominal- und ordinalskalierte Variablen (Reihenfolge gemäss Befragung).....	51
A-5.2	Metrische Variablen, Verteilungskennwerte	86
A-6	Häufigkeitstabellen Fotoanalyse	87
A-7	Qualitative Auswertung Bemerkungen	93
A-8	Gruppenvariablen	94
A-9	Fragebogen / Auswertungsmatrix	95
A-9.1	Befragung.....	95
A-9.2	Fotoanalyse Befragung	116
A-9.3	Beurteilungsmatrix Fotoanalyse.....	117
A-9.4	Auswertungsraster Fotoanalyse.....	119

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Grafiken aus der Befragung zum Foto-Upload	10
Abbildung 2: Alterskategorien nach Geschlecht «männlich»/«weiblich» inkl. Vergleichswerte BFS.....	12
Abbildung 3: Von den Teilnehmenden genannte Ressourcen, in % der Gesamtstichprobe.....	16
Abbildung 4: Vom Arbeitgeber angebotene Schulungen gemäss Befragung der Teilnehmenden	17
Abbildung 5: Mittelwerte Anzahl Stunden Homeoffice pro Woche nach Anzahl Personen im Raum vor Ort (Fehlerbalken: SD, inkl. ANOVA).....	19
Abbildung 6: Verbreitung von Beschwerden am Bewegungsapparat in den letzten 12 Monaten; ohne «Ich weiss nicht.».....	25
Abbildung 7: Verbreitung von physischen Beschwerden an Kopf und Rumpf in den letzten 3 Monaten; ohne «Ich weiss nicht.»	25

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Untersuchte Aspekte der Arbeitsbedingungen.....	4
Tabelle 2: Untersuchte Aspekte der individuellen Voraussetzungen.....	5
Tabelle 3: Untersuchte Aspekte der kurzfristigen Beanspruchung	5
Tabelle 4: Untersuchte Aspekte der Beanspruchungsfolgen	5
Tabelle 5: Stunden pro Woche und Anteil Stunden Homeoffice nach Alterskategorie.....	11
Tabelle 6: Arbeitsmittel im Homeoffice, Anteil vorhanden in %	22
Tabelle 7: Anpassungswünsche (Anteil $\geq 4\%$)	23
Tabelle 8: Signifikante Zusammenhänge zum Gesundheitszustand in der jüngsten Alterskategorie und der Gesamtstichprobe..	24
Tabelle 9: Ergebnisse T-Test der Mittelwerte zu psychischem Wohlbefinden und Energie/Ermüdung.....	26

Abkürzungen

ANOVA	analysis of variance (Varianzanalyse)
BAG	Bundesamt für Gesundheit
BFS	Bundesamt für Statistik
CI	confidence intervall (Konfidenzintervall)
df	degrees of freedom (Freiheitsgrad); dient der Beurteilung des Ergebnisses eines t-Tests.
M	Mittelwert
r	Korrelationskoeffizient; Zusammenhangsmass zwischen zwei Variablen, welches positiv oder negativ sein kann, aber nie grösser als 1. Je grösser (bei positiven Korrelationen)/kleiner (bei negativen Korrelationen) der Koeffizient, desto aussagekräftiger ist der Zusammenhang. Angegeben wird das Signifikanzniveau (Mass für die Beurteilung der Wahrscheinlichkeit, dass der Zusammenhang zwischen den Variablen zufällig ist): ***= $<.001$, **= $<.01$, *= $<.05$. Je kleiner das Signifikanzniveau, desto unwahrscheinlicher ist der Zufall.
SAKE	Schweizerische Arbeitskräfteerhebung
SD	standard deviation (Standardabweichung)
SECO	Staatssekretariat für Wirtschaft
t-Test	Statistisches Verfahren, welches anhand des Mittelwerts und der Verteilung einer Variable zwischen zwei Gruppen prüft, ob sich diese voneinander unterscheiden.
T	Prüfgrösse zur Beurteilung des Unterschieds zwischen zwei Mittelwerten beim t-Test
U	Prüfgrösse zur Beurteilung der zentralen Tendenz beim Mann-Whitney-U-Test
Z	Prüfgrösse zur Feststellung der Stärke eines Unterschieds zwischen zwei Gruppen bezüglich den Rangsummen beim Mann-Whitney-U-Test
η^2	Eta-Quadrat; Effektstärke der Varianzanalyse (ANOVA)

1 Management Summary

In der Schweiz wird häufig im Homeoffice gearbeitet. Aufgrund gesetzlicher Vorgaben zum Schutz der Privatsphäre ist das Besuchsrecht durch Betriebe und Vollzug eingeschränkt. Um den Gesundheitsschutz bei der Arbeit im Homeoffice verbessern zu können, werden Informationen zu den dortigen Arbeitsbedingungen benötigt. Die vorliegende Studie verfolgte deshalb das Ziel, Mängel der ergonomischen Gestaltung von Homeoffice-Arbeitsplätzen und weiteren Arbeitsbedingungen zu identifizieren, sowie eine Analyse ihrer Verteilung innerhalb der Stichprobe der im Homeoffice tätigen Mitarbeitenden vorzunehmen. Zudem sollten wichtige Merkmale erfasst werden, die in Zusammenhang mit diesen Mängeln stehen. Bekannte Good Practices (wie betriebliche Regelungen und Unterstützungsangebote) sollten ebenfalls berücksichtigt werden.

Die Untersuchung basierte auf der Befragung einer Gelegenheitsstichprobe mit insgesamt 2'855 Antworten sowie ergänzend auf einer experimentellen Fotoanalyse, bei der 144 Datensätze mit Fotos der Homeoffice-Arbeitsplätze der befragten Personen einbezogen wurden.

Nachfolgend werden die wichtigsten Ergebnisse aus der Studie kurz dargestellt.

- Die Homeoffice-Arbeitsplätze der Teilnehmenden waren überwiegend gut gestaltet. 90% der Teilnehmenden waren zufrieden oder sehr zufrieden mit ihrem Arbeitsplatz im Homeoffice. Zwei Drittel verfügten über einen eigenen Raum, ebenfalls zwei Drittel über einen ergonomischen Bürodrehstuhl. Externe Bildschirme, Tastatur, Maus und Headset waren in der Regel vorhanden.
- Ungenügend war die Platzierung des Arbeitsplatzes im Raum (Gefahr von Blendung), das Fehlen eines höhenverstellbaren Tisches (zwei Drittel der Teilnehmenden), sowie die Anpassung von Mobiliar an individuelle Körpermasse. Letzteres weist auf die Notwendigkeit spezifischer Schulungen hin.
 - Ersichtlich ist auch eine Diskrepanz zwischen der Selbsteinschätzung der Befragten und der Beurteilung der Arbeitsplätze durch Ergonomie-Fachpersonen anhand von Fotos.
- Insbesondere jüngere Mitarbeitende (15-24 Jahre) profitieren für die ergonomische Gestaltung ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes (und für ihre Gesundheit) von fachlicher Unterstützung bei der Einrichtung. Bei ihnen wirkte sich auch eine gute Gestaltung sozialer Beziehungen stärker auf die Gesundheit aus als bei den anderen Altersgruppen. Beide Aspekte sind deshalb von Betrieben zu berücksichtigen.
 - Es besteht Informationsbedarf zu bestehenden Schulungsangeboten, da diese nur 21% der Teilnehmenden bekannt waren – obwohl bei 52% der Teilnehmenden durch den Betrieb angeboten. Schulungsbedarf besteht ergänzend zu spezifischen Homeofficethemen (z. B. zu Arbeitsraum, Bewegungsraum und Mobiliarplatzierung, Anforderungen an das Mobiliar, Blendung).
 - 17% hielten es für sicher, dass sie bei der Arbeit im Homeoffice digital überwacht werden, 57% fühlten sich überwacht oder waren diesbezüglich unsicher. Dies war verbunden mit Stress, Konzentrationsproblemen und schlechterer Gesundheit.
- Tätigkeit im Homeoffice beinhaltet das Risiko, dass vermehrt Präsentismus (krank arbeiten) auftritt. Präsentismus wurde von 80% der Teilnehmenden berichtet. Es zeigte sich ein Zusammenhang mit den meisten erhobenen Beschwerden und einem schlechteren allgemeinen Gesundheitszustand.

Folgende Handlungsempfehlungen zur Verbesserung des Gesundheitsschutzes wurden abgeleitet:

- Verwendung von Fotos zur Analyse der Homeoffice-Situation
- Schutz und Unterstützung vulnerabler Personengruppen
- Ergänzungen und Optimierungen bei Anleitungen, Schulungen und Instruktion

2 Einleitung

2.1 Ausgangslage

Die vorliegende Untersuchung analysiert die ergonomischen Bedingungen im Homeoffice bei Schweizer Erwerbstätigen. Im Fokus stehen die Gestaltung des Arbeitsplatzes, psychische und physische Belastungsfaktoren sowie der Einfluss betrieblicher Regelungen und zur Verfügung gestellter Ressourcen auf das Wohlbefinden der Mitarbeitenden. Nur wenige Studien haben sich bislang vertieft mit der ergonomischen Situation im Homeoffice auseinandergesetzt und dabei mehrere dieser Einflussfaktoren berücksichtigt. Die vorliegende Untersuchung schliesst hier eine Lücke, indem sie umfassende Daten analysiert.

Im Jahr 2024 arbeiteten gemäss SAKE (Schweizerisches Bundesamt für Statistik (BFS), 2025) 36.9% der Erwerbstätigen (ohne Lernende) gelegentlich bis vorwiegend im Homeoffice. Diese Zahl schwankte in den vergangenen drei Jahren nur wenig, nachdem der Anteil aufgrund der Pandemie stark zugenommen hatte. Betriebe haben damit begonnen, den Büroraum entsprechend der neuen Situation zu optimieren. Immer häufiger sind deshalb nicht mehr genügend Arbeitsplätze vor Ort vorhanden, um alle Mitarbeitenden gleichzeitig vor Ort arbeiten zu lassen. Aus diesem Grund erhält eine gute ergonomische Gestaltung der Arbeitsplätze im Homeoffice eine grössere Bedeutung.

Der Zugang zu Homeoffice-Arbeitsplätzen ist sowohl für Arbeitgeber als auch für Kontroll- und Vollzugsorgane aufgrund des Persönlichkeitsschutzes nicht oder nur stark eingeschränkt möglich. Entsprechend liegen bislang nur begrenzte Erkenntnisse über die tatsächlichen ergonomischen Bedingungen im häuslichen Arbeitsumfeld vor.

Diese Studie wurde im Auftrag des SECO herausgegeben und vom SECO¹, dem BAG und Gesundheitsförderung Schweiz mitfinanziert.

2.2 Ziele der Studie

Der Auftrag bestand darin, empirische Daten zur Gestaltung von Homeoffice-Arbeitsplätzen zu erheben und zu analysieren, wobei auch andere Risikofaktoren (zeitliche Organisation und psychosoziale Dimension) sowie bekannte Good Practices bezüglich konkreter Begleitmassnahmen und/oder die von den Sozialpartnern ausgehandelten Vereinbarungen berücksichtigt werden sollten.

Folgende Hauptziele wurden von den Auftraggebenden festgelegt:

- Identifizieren von Mängeln bei Homeoffice-Arbeitsplätzen und Analyse ihrer Verteilung innerhalb der Stichprobe der im Homeoffice arbeitenden Mitarbeitenden.
- Beschreibung der wichtigsten Merkmale im Zusammenhang mit diesen Mängeln (betroffene Personen, ungeeignetes Mobiliar, Arbeitsbedingungen, Begleitmassnahmen, Homeoffice-Vereinbarung, etc.).

¹ SECO: Staatssekretariat für Wirtschaft; BAG: Bundesamt für Gesundheit

2.2.1 Befragung

Mittels Befragung sollte eine Datenbasis geschaffen werden zu Arbeitsplatz- und Umgebungsbedingungen, gesundheitlichen Symptomaten und zu arbeitsorganisatorischen Faktoren direkt von Personen, welche an Homeoffice-Arbeitsplätzen tätig sind. Erfasst wurden die folgenden Themen:

- Soziodemografische Merkmale (u. a. Alter, Geschlecht, Anzahl Kinder im Haushalt)
- Arbeitszeit (u. a. die Dauer wöchentliche Arbeitszeit insgesamt und im Homeoffice, Sonntags-/Nachtarbeit, ausgedehnte Arbeitstage)
- Arbeitsbedingungen allgemein sowie spezifisch im Homeoffice (u. a. Arbeitsgestaltung, Belastungen und Ressourcen)
- Arbeitsumgebung und Ausstattung der Homeoffice-Arbeitsplätze
- Gesundheit und Beschwerden (u. a. psychische und physische Gesundheit und Beschwerden)
- Gesundheitsverhalten
- Organisatorische Rahmenbedingungen Arbeitgeber (u. a. Regelungen und Unterstützungsangebote bezüglich Arbeit im Homeoffice und für die Infrastruktur)

2.2.2 Fotoanalyse

Mittels Fotoanalyse bei einer Teilstichprobe sollten

- Abweichungen der subjektiven Beurteilung im Fragebogen zu Expertenbeurteilungen der Fotos identifiziert werden.
- differenzierte Inputs für die Gestaltungsempfehlung abgeleitet werden können.

Ergänzend wurden Aspekte erfasst, bei denen eine zuverlässige Beurteilung allein durch Befragungen fraglich ist oder deren Erhebung für die Teilnehmenden mit einem zu hohen Aufwand verbunden wäre (z. B. Messungen mit dem Doppelmeter).

2.3 Begriffe und Abgrenzung

Der verwendete Begriff *Arbeit im Homeoffice* bezieht sich in der vorliegenden Studie auf Telearbeit, welche im eigenen Wohnraum ausgeführt wird, die sogenannte «Teleheimarbeit». Entsprechend ist auch mit dem Arbeitsplatz im Homeoffice jeweils ein Arbeitsplatz gemeint, der sich im Wohnumfeld der betreffenden Person befindet. Es wurde der Begriff «Homeoffice» verwendet, weil dieser im deutschen Sprachgebrauch geläufiger ist als der Begriff «Teleheimarbeit». Regelungen und Weisungen in Betrieben fassen das Thema meist weiter, indem sie «mobil-flexible Arbeit» als Begriff verwenden. Darunter fällt dann z. B. auch Arbeiten von unterwegs.

Nicht untersucht wurden in der vorliegenden Studie Arbeitsbedingungen von Personen, welche ausserhalb des Betriebs, aber nicht zuhause arbeiten. Hier ist der Gestaltungsspielraum durch Betriebe und Arbeitnehmende eingeschränkt, z. B. bei Benutzung von durch Dritte zur Verfügung gestellten Co-Working-Spaces, Hotelzimmer, etc., oder die Umgebungen sind zu heterogen, um gezielte Optimierungsvorschläge zu machen, z. B. im Auto, Wohnmobil oder im Zug.

Der Begriff *Ergonomie* leitet sich aus den altgriechischen Begriffen «ergon», (Arbeit, Werk) und «nomos» (Regel, Gesetz) ab. Ergonomie bezeichnet einerseits «die wissenschaftliche Disziplin, die auf das grundlegende Verständnis der Wechselwirkungen zwischen Menschen und anderen Komponenten eines Systems abzielt», und andererseits den «Beruf, der theoretische Prinzipien, Daten und Methoden anwendet, um das Wohlbefinden der Menschen und die Gesamtleistung von Systemen zu optimieren» (SwissErgo, 2019). Die Ziele, Prinzipien und Methoden werden in der Grundlagennorm SN EN ISO 26800:2011 (SNV, 2011) definiert und beschrieben.

Geeignete Arbeitsbedingungen sind wichtig für die Erhaltung der Gesundheit der Arbeitnehmenden. Sie stehen am Anfang der Kaskade, welche über ein Zusammenspiel mit den individuellen Voraussetzungen (z. B. Alter, Geschlecht) zu kurzfristiger Beanspruchung (z. B. Stressempfinden oder Aktivierung) und längerfristig zu Beanspruchungsfolgen wie Gesundheitsproblemen (z. B. Beschwerden, Ausfalltage, reduziertes Wohlbefinden) oder besserer Gesundheit führen kann (baua, 2010; DIN, 2018; SECO, 2015a). Dieses Modell bezieht sich auf Elemente aus den Modellen «job demands-control model» (Karasek, 1979) sowie dem daraus entwickelten «job demands-resources model» (Demerouti et al., 2001) zur Erklärung der Gesundheit und Motivation von Mitarbeitenden in Organisationen.

In der vorliegenden Studie liegt der Fokus auf der Gesundheit. Zur Beurteilung der Arbeitsbedingungen, der individuellen Voraussetzungen, der kurzfristigen Beanspruchung und der Beanspruchungsfolgen wurden deren Aspekte genauer beleuchtet, welche in Hinsicht auf die Tätigkeit im Homeoffice relevant sind (abgeleitet aus Literaturrecherche, Expertendiskussion und Interviews mit Schlüsselpersonen). Die untersuchten Aspekte sind für eine Übersicht aufgeführt in den nachfolgenden Tabellen (siehe Tabelle 1, Tabelle 2, Tabelle 3 und Tabelle 4). Die Arbeitsbedingungen, welche sowohl Belastungen als auch Ressourcen sein können, lassen sich in vier Kategorien einteilen (siehe SECO, 2015a): Arbeitsaufgabe, Arbeitsorganisation, soziale Beziehungen und Arbeitsumgebung.

Tabelle 1: Untersuchte Aspekte der Arbeitsbedingungen

Arbeitsbedingungen (Ressourcen und Belastungen)			
Arbeitsaufgabe	Arbeitsorganisation	Soziale Beziehungen	Arbeitsumgebung / Arbeitsmittel
▪ Sinnhaftigkeit ▪ Videokonferenzen ▪ Anteil ▪ Schulungen zu Aspekten der Arbeit im Homeoffice und Bekanntheit bei den Teilnehmenden ▪ Gespräche durch Führungsperson ▪ Unterstützungsangebote zur Führung bei Führungspersonen	▪ Arbeitsdauer pro Woche ▪ Anteil Tätigkeit im Homeoffice ▪ Überwachung ▪ Zeiterfassung ▪ Arbeitsweg ▪ Lange Arbeitstage ▪ Arbeiten in der Freizeit ▪ Sonntags-/Nachtarbeit ▪ Erreichbarkeit ▪ Partizipation ▪ Autonomie ▪ Weisungen/Regelungen durch Betrieb und Bekanntheit bei den Teilnehmenden	▪ Fördern von Kontakten ▪ Kommunikation und Austausch ▪ Unterstützung	▪ Anpassungswünsche an Arbeitsraum, Mobiliar, Geräten, Software/Kommunikationsmitteln ▪ Unterstützungsangebote zu Mobiliar und Geräten Vorhandensein und Gestaltung von ▪ Arbeitsplatz vor Ort ▪ Arbeitsraum im Homeoffice ▪ Mobiliar ▪ Geräten ▪ Software/Kommunikationsmitteln ▪ Lärm ▪ Licht ▪ Raumklima

Tabelle 2: Untersuchte Aspekte der individuellen Voraussetzungen

Individuelle Voraussetzungen
▪ Alter ▪ Geschlecht ▪ Kinder unter 15 Jahren im Haushalt ▪ Dauer Haupttätigkeit ▪ Berufliche Position

Tabelle 3: Untersuchte Aspekte der kurzfristigen Beanspruchung

Kurzfristige Beanspruchung
▪ Zufriedenheit mit dem Homeoffice-Arbeitsplatz ▪ Vereinbarkeit Arbeit/Privatleben ▪ Abschalten von der Arbeit ▪ Stressempfinden ▪ Zwangshaltungen ▪ Repetitive Bewegungen ▪ Emotionale Beanspruchung ▪ Einsamkeit ▪ Sorgen

Tabelle 4: Untersuchte Aspekte der Beanspruchungsfolgen

Beanspruchungsfolgen		
Gesundheit	Beschwerden	Gesundheitsverhalten*
▪ Gesundheitszustand allgemein ▪ Gesundheitsbedingte Ausfalltage	▪ Beschwerden Bewegungsapparat (Nacken, Rücken, ...) ▪ Weitere physische Beschwerden (Augenbeschwerden Kopfschmerzen, Atemwegserkrankungen, ...) ▪ Psychische Beschwerden (Wohlbefinden, Ermüdung)	▪ Pausen ▪ Präsentismus ▪ Suchtverhalten (Alkohol, Tabak, Social Media/Medienkonsum, Glücksspiele/Gaming) ▪ Bewegung und Ernährung

*Das Gesundheitsverhalten kann sowohl eine Beanspruchungsfolge wie auch eine individuelle Voraussetzung sein.

3 Methodik

3.1 Datenerhebung

Die Datenerhebung für die vorliegende Studie erfolgte auf mehreren Wegen:

- Literaturrecherche zur Identifizierung der Themenfelder und Fragen (Details siehe Anhang A-1)
- Interviews mit Schlüsselpersonen aus Betrieben und Verbänden zur Eingrenzung der Themenfelder (Details siehe Anhang A-2).
- Expertendiskussion zur weiteren Eingrenzung der Themenfelder und Fragen (AEH, SECO)
- Informationen von HR- oder Führungspersonen der teilnehmenden Betriebe zur Anzahl angefragter Personen im Betrieb, Grösse des Betriebs und Branche sowie zu bestehenden betrieblichen Regelungen und Unterstützungsangeboten. Überprüft wurde – wo vorhanden – aus öffentlichen Quellen die Geschlechtsverteilung männlich/weiblich.
- Befragung der Mitarbeitenden der teilnehmenden Betriebe
- Zurverfügungstellung von Fotos der Homeoffice-Arbeitsplätze durch Mitarbeitende der teilnehmenden Betriebe, inkl. Bemerkungen zur Fotoanalyse

3.2 Rücklauf Befragung und Foto-Upload

3.2.1 Rücklauf

Rücklauf Befragung

Der Befragungszeitraum dauerte vom 04.06.2024 bis zum 11.11.2024. Pro Betrieb betrug die Durchführungsdauer von Befragung und Foto-Upload zwischen drei und vier Wochen.

Insgesamt wurden 3'523 Datensätze ganz oder teilweise ausgefüllt. Der Rücklauf über alle Betriebe für die Befragung betrug nach Datenbereinigung 32.6% (2'855 Datensätze / 8'754 angefragte Mitarbeitende) und schwankte bei den einzelnen Betrieben zwischen 12% und 94%.

Der Median der Bearbeitungsdauer der Befragung (vom Aufruf des Links bis zur letzten Aktivität) betrug 18.5 Minuten. Dabei handelt es sich um einen eher langen Fragebogen.

Die meisten Abbrüche gab es nach dem zweiten (Arbeitsbedingungen allgemein) und dritten Abschnitt (Tätigkeit und Ergonomie im Homeoffice). Dabei handelte es sich um die längsten zwei Teile des Fragebogens, insbesondere der dritte Abschnitt erhielt eine Vielzahl von Fragen.

Rücklauf Foto-Upload

487mal wurde der Fragebogen zum Foto-Upload gestartet. 335 der Datensätze (4% der Gesamtstichprobe; 12% der verwertbaren Befragungs-Datensätze) enthielten mindestens ein Foto und insgesamt 862 Fotos wurden hochgeladen. Aus ökonomischen Gründen wurde aus den Datensätzen mit mindestens einem Foto anschliessend eine Teilstichprobe aus insgesamt 149 Datensätzen gezogen, deren 379 Fotos im Nachgang beurteilt wurden.

Zuerst wurden die Datensätze mit mindestens einem Foto nach dem Zeitstempel des Starts sortiert. Anschliessend wurde jeder 2. Datensatz ausgewählt. Dies führte zu 167 Datensätzen. Im zweiten Schritt wurde jeder 9. Datensatz aus der Auswahl entfernt. Dies führte zu den 149 Datensätzen. Die Teilstichprobe entsprach bezüglich Startsprache, Starttag und Anzahl hochgeladener Fotos der Verteilung mit den 335 Datensätzen.

3.2.2 Datenbereinigung und Auswertung

Datensatz Befragung

Die Datensatz Befragung wurde zusammengesetzt aus den Ergebnissen der Befragung inkl. Systemvariablen und den Angaben der Betriebe zu Regelungen, finanziellen und materiellen Ressourcen sowie Schulungen zum Thema Homeoffice. Nach der Bereinigung des Befragungsdatensatzes (siehe Anhang A-3) wurden die Angaben der Betriebe in den Datensatz integriert, um Zusammenhänge zu analysieren und Vergleiche mit den Antworten der Teilnehmenden zu ermöglichen.

Datensatz Fotoanalyse

Fünf der 149 Datensätze wurden nach der Sichtung der Fotos ausgeschlossen, weil nur jeweils ein Foto vorhanden war, welches nicht genügend beurteilbare Merkmale zeigte. Insgesamt wurden deshalb 144 Datensätze mit 374 Fotos in die Analyse mit einbezogen.

Die Fotos wurden von Ergonomie-Fachpersonen beurteilt. Basis der Beurteilung war ein Leitfaden, der im Pilotversuch erarbeitet worden war (siehe Abschnitt 3.4.1). Jeweils jeder 10. Datensatz (insgesamt 20) wurde von zwei Ergonomie-Fachpersonen beurteilt und die Ergebnisse verglichen. Bei 6 von 440 Prüfpunkten (1.4%) war nicht dieselbe Beurteilung vorhanden. Diese Einträge wurden als fehlende Werte erfasst.

Auswertung

Berechnet wurden Häufigkeitsverteilungen für alle erhobenen Variablen in den zwei resultierenden Datensätzen, um diese zu prüfen. Die Rangkorrelation nach Spearman wurde verwendet, um Zusammenhänge zwischen Variablen zu identifizieren, da die meisten Variablen nominal oder ordinal skaliert waren, bzw. wenn metrisch, dann nicht normalverteilt. Zum Einsatz kamen ebenfalls Partialkorrelationen, um Einflüsse von Drittvariablen auf den Zusammenhang zwischen zwei Variablen ausschliessen zu können. Für die Feststellung von Unterschieden der Verteilungen wurden Mann-Whitney-U-Tests verwendet, für Mittelwertvergleiche T-Tests. Die Datenbereinigung und Berechnung erfolgte teils in R², teils in SPSS.

Bildung von Gruppenvariablen

Um Unterschiede klarer feststellen zu können, wurden folgende Gruppenvariablen gebildet: «Gut eingerichtete Homeoffice-Arbeitsplätze», «Gut gestaltete soziale Beziehungen», «Gut gestaltete Arbeitsorganisation» (Details siehe Anhang 0).

Um die Zusammenhänge zwischen der Ergonomie und weiteren Variablen zu beurteilen, wurde die Gruppenvariable «Gut eingerichtete Homeoffice-Arbeitsplätze» gebildet, welche die Stichprobe in gut und weniger gut gestaltete Homeoffice-Arbeitsplätze unterteilt. Eine Gruppenvariable unter Einschluss aller erhobenen Variablen für eine ergonomisch gute Gestaltung des Homeoffice-Arbeitsplatzes konnte nicht gebildet werden,

² Bei R und SPSS handelt es sich um Software zur statistischen und grafischen Auswertung von Daten.

da diese keine Datensätze enthielt. Daher wurden die aus Expertensicht zehn wichtigsten Einzelvariablen aus den Aspekten Mobiliar, Arbeitsmittel, Tageslicht, Lärm und Raumklima dieser Gruppenvariable zugeordnet. Homeoffice-Arbeitsplätze, die dieser Gruppenvariable zugeordnet werden konnten, entsprachen somit im Wesentlichen den ergonomischen Anforderungen. Es handelte sich dabei um 35% der Datensätze.

Eine Gruppenvariable «Schlecht eingerichtete Homeoffice-Arbeitsplätze» mit fünf Variablen konnte nicht gebildet werden, da sie keine Datensätze enthielt. Das heisst, dass in keinem Fall ein durchgängig schlecht gestaltetes Homeoffice festgestellt wurde. Auch eine noch reduzierte Variante mit nur drei Variablen musste verworfen werden, da nur 13 Datensätze diese drei Variablen beinhalteten.

Ähnlich verhielt es sich bei den zwei weiteren Gruppenvariablen «Gut gestaltete soziale Beziehungen» sowie «Gut gestaltete Arbeitsorganisation», welche gebildet wurden, um die Anzahl zu beurteilende Variablen innerhalb der jeweiligen Kategorien der Arbeitsbedingungen zu reduzieren (siehe Tabelle 1). Während sich mit den besten zwei Antwortalternativen der Items eine genügend grosse Gruppe bilden liess, liessen sich mit den schlechtesten zwei Antwortalternativen zu wenig Datensätze finden. Deshalb wurden die Datensätze auch mit diesen Gruppenvariablen unterteilt in solche mit gut gestalteten Arbeitsbedingungen und solche mit weniger gut gestalteten Arbeitsbedingungen.

Nicht eingeschlossen wurde in die Gruppenvariable «Gut gestaltete Arbeitsorganisation» die Variable Zeitdruck. Diese wies mit vielen Ergebnissen Korrelationen auf und überdeckte Zusammenhänge zu den anderen Variablen in dieser Gruppe. Die Variable zur Unterstützung durch Kollegen/Kolleginnen wurde in die Gruppenvariable «Gut gestaltete soziale Beziehungen» nicht einbezogen, weil sie inhaltlich nicht dazu passte und teilweise auch die Zusammenhänge zu anderen Variablen verdeckte.

3.3 Vorgehen Befragung

3.3.1 Gewinnung und Umgang mit der Stichprobe

Vom Auftraggeber wurde festgelegt, dass die Untersuchung sich auf angestellte Mitarbeitende von in der Schweiz tätigen Betrieben bezieht. Es sollte kein Vergleich zu Personen ohne Tätigkeit im Homeoffice erfolgen.

Nach der Vorauswahl relevanter Branchen (Finanzen, Versicherungen, IT) wurden insgesamt 36 Kontakte des SECO, von Gesundheitsförderung Schweiz sowie von AEH genutzt, um ausgewählte Betriebe per E-Mail zu kontaktieren. Dieser erste Kontakt diente dazu, die Bereitschaft zur Teilnahme des Betriebs an der Studie abzuholen. Den teilnehmenden Betrieben wurde angeboten, im Nachgang die betriebspezifischen Ergebnisse der Befragung zu erhalten.

Betriebe, welche Interesse äusserten, wurden vom SECO oder von AEH telefonisch kontaktiert und erhielten Informationen über die Rahmenbedingungen der Studie. Sie wurden danach aufgefordert, Angaben zum Stichprobenumfang in ihrem Betrieb, ihren Regelungen und Angeboten zu Homeoffice sowie dem gewünschten Startdatum der Befragung im Zeitraum Juni – September 2024 zu machen. Der letzte Betrieb konnte erst Ende Oktober die Befragung starten. Ebenfalls zur Verfügung gestellt wurde eine Demoversion von Befragung und Foto-Upload. Insgesamt 13 Betriebe waren nach dieser Information bereit teilzunehmen, aus der Branche IT kamen jedoch keine Zusagen (Informationen zu den Betrieben und teilnehmenden Branchen siehe Anhang A-4). Diese erhielten Vorlagen für die Kommunikation an die Mitarbeitenden.

Zur Durchführung der Befragung erhielten die Kontaktpersonen aus den Betrieben einige Tage vor dem gewünschten Startdatum einen betriebspezifischen Link zum elektronischen Fragebogen für die

Mitarbeitenden (siehe Anhang A-9), jeweils für die Sprachen Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch. Der Link wurde den teilnehmenden Betrieben gemeinsam mit einer standardisierten Information für die Mitarbeitenden per E-Mail zugestellt.

Die Betriebe passten den Einladungstext bei Bedarf an und luden anschliessend ihre Mitarbeitenden bzw. ausgewählte Personengruppen im Unternehmen mit Homeoffice-Tätigkeit per E-Mail oder via Intranet zur Befragung ein. Die Einladung enthielt auch den Hinweis, dass sich die Teilnehmenden zur Beantwortung der Fragen im Homeoffice befinden müssen. Im Eingangstext der Befragung wurde nochmals darauf hingewiesen.

Verwendet wurde für die Befragung und den Foto-Upload die Software LimeSurvey. Die Datensätze zur Befragung und zum ergänzenden Foto-Upload (Details siehe Anhang A-6) wurden direkt anonym auf dem Server von AEH gespeichert (eigener Speicher mit Serverstandort in der Schweiz). Auf diesem Weg konnten die Daten der Teilnehmenden direkt gewonnen und die Anonymität auch gegenüber den Auftraggebern der Studie gewährleistet werden. Namen wurde keine erfasst. Da der Kontakt zu den Mitarbeitenden nur über die verantwortliche Person aus HR oder Geschäftsleitung erfolgte, bestand keine Kontrolle über die repräsentative Verteilung innerhalb der Betriebe.

Auf die eigens für die Befragung eingerichtete Mailadresse kamen nur vereinzelte Rückmeldungen. U.a. meldeten Mitarbeitende, dass sie keine Homeoffice-Tätigkeit ausüben und deshalb auf die Teilnahme verzichten. Rückfragen zu Datenschutz, Vertraulichkeit oder Anonymität gab es keine. Einzig in den Bemerkungen der Befragung erfolgte ein einzelner Kommentar, dass aus Gründen des Schutzes der eigenen Privatsphäre auf die Teilnahme am Foto-Upload verzichtet wird.

3.3.2 Zusammenstellung Fragenkatalog

Die Auswahl der Fragen erfolgte auf Basis der Literaturrecherche, der Ergebnisse der Interviews mit Anspruchsgruppen sowie der Expertendiskussionen innerhalb der AEH und mit dem SECO.

Verwendet wurden, wo möglich, Fragen aus bestehenden Befragungsinstrumenten (siehe Quellenangaben in Anhang A-9.1). Diese wurden durch Fragen ergänzt, welche die beteiligten Fachpersonen für diese Umfrage entwickelten.

Die Übersetzung des Fragenkatalogs (sofern keine Standardfragen in den Sprachen Französisch, Englisch oder Italienisch vorhanden waren) erfolgte durch das SECO und wurde von AEH überprüft.

Der Fragebogen gliederte sich in die folgenden Abschnitte:

- «Arbeit im Homeoffice» mit Filterfragen, um festzustellen, ob die Personen überhaupt zum gewünschten Personenkreis gehören.
- «Arbeitsbedingungen allgemein» mit Fragen zur Anstellung, zur Lage der Arbeit und zum Arbeitsplatz vor Ort.
- «Tätigkeit und Ergonomie im Homeoffice» mit Fragen zu den Arbeitsbedingungen bezüglich Tätigkeit im Homeoffice, zur Ausstattung und Einrichtung, sowie zu finanzieller und materieller Unterstützung durch den Betrieb
- «Arbeitsgestaltung allgemein» mit Fragen zur Arbeitsgestaltung
- «Beschwerden und Gesundheit» mit Fragen zum physischen und psychischen Befinden sowie zum Gesundheitsverhalten

- «Regelungen und Unterstützungsangebote» mit Fragen zu Regelungen und Angeboten des Betriebs bezüglich der Arbeit im Homeoffice
- «Demografie» mit Fragen zu Alter, Geschlecht und Anzahl Kinder im gleichen Haushalt

3.4 Vorgehen Fotoanalyse

3.4.1 Pilotversuch Fotoanalyse

Bei der Fotoanalyse handelte es sich um einen experimentellen Ansatz. Der Ansatz basierte auf der Fachexpertise der AEH Ergonomie-Fachpersonen sowie demjenigen von Davis in ihrer Studie (Davis et al., 2020).

Zur Ausarbeitung des Vorgehens wurden in einem ersten Schritt von einer Gruppe Ergonomie-Fachpersonen die Kriterien ausgewählt und beschrieben, anhand derer die ergonomischen Rahmenbedingungen der Homeoffice-Arbeitsplätze beurteilt werden sollten. Zur Testung des Vorgehens wurde ein Pilot mit 15 Personen durchgeführt. Die begleitende Befragung zeigte, dass die Anweisung sowie der Upload-Prozess für die Testpersonen praktikabel, einfach und verständlich waren.

Zwei Ergonomie-Fachpersonen von AEH beurteilten jedes hochgeladene Foto unabhängig voneinander. Aufgrund des Vergleichs dieser Beurteilungen wurden die Kriterien und die Bewertungsmethodik überprüft. Das Kriterium «Beleuchtung, einhalten der Richtwerte» wurde fallengelassen, da eine einheitliche Bewertung mittels der Fotos nicht möglich war. Der Beurteilungsbogen wurde mit einer Anleitung ergänzt, um die Interrater-Reliabilität zu verbessern (siehe Anhang A-9.3).

3.4.2 Umsetzung Fotoanalyse

Im Mail bzw. in der Information, welche die Mitarbeitenden zur Befragung erhielten, wurde auf die Möglichkeit der Teilnahme am Foto-Upload hingewiesen.

Der Link für den Foto-Upload wurde am Ende der Befragung zur Verfügung gestellt als anklickbarer Link und als QR-Code. Dies führte zu einer weiteren Befragung, welche eine grafische Anweisung zur Erstellung der Fotos beinhaltete. Die Befragung für den Foto-Upload war aus Gründen des Persönlichkeitsschutzes und zur Sicherstellung der Akzeptanz durch die Befragten nicht betriebsspezifisch und auf Ebene der Daten nicht mit dem vorhergehenden Fragebogen verknüpft.



Abbildung 1: Grafiken aus der Befragung zum Foto-Upload

3.5 Stichprobenbeschreibung

Die Studie umfasst eine Stichprobe von Erwerbstätigen aus Betrieben in der Schweiz, welche einen Teil der Arbeitszeit oder die gesamte Arbeitszeit im Homeoffice verbringen.

Aufgrund des Vorgehens zur Gewinnung der Stichprobe handelt es sich um eine Form von Gelegenheitsstichprobe. Entsprechend ist eine Generalisierung der Ergebnisse auf die Grundgesamtheit «Erwerbstätige mit Tätigkeit im Homeoffice» nicht möglich. Von den ursprünglich interessierenden Branchen (Branchen mit

hohem Homeoffice-Anteil) musste insofern abgewichen werden, als es nicht gelang, Betriebe aus der IT-Branche zu gewinnen. Dafür wurde die Stichprobe ergänzt durch Betriebe aus den Bereichen Produktion und Verkehr/Lagerei, um hier einen Einblick gewinnen zu können.

Die Stichprobe umfasste Teilnehmende aus den Branchen Versicherung (46%), Finanzdienstleistungen (17%), Verkehr/Lagerei (15%), öffentliche Verwaltung (12%), Detailhandel (7%), Herstellung von Waren (4%) und Gastgewerbe (<1%). Weitere Details zu den Betrieben sowie zum Rücklauf siehe in Anhang A-4.

Die Mehrheit der teilnehmenden Betriebe war entweder schweizweit tätig oder in der Deutschschweiz. Für die Studie konnte ein Betrieb aus der Westschweiz gewonnen werden (2.5% der Stichprobe). Entsprechend gering war der Rücklauf bei den Sprachen Französisch und Italienisch. Die Startsprache der Befragung war bei 78% der Teilnehmenden Deutsch, bei 11% Französisch, bei 2% Italienisch und bei <1% Englisch. Die Muttersprache wurde in der Befragung nicht erhoben.

Ähnlich wie bei der Erhebung «Teleheimarbeit» des BFS (BFS, 2025b) war der Anteil Teilnehmende, welche angaben, mehr als 50% der Arbeitszeit im Homeoffice zu arbeiten, etwa halb so gross wie der Anteil Teilnehmende, die 50% oder weniger ihrer Arbeitszeit im Homeoffice verbringen.

Tabelle 5: Stunden pro Woche und Anteil Stunden Homeoffice nach Alterskategorie

Alterskategorien	Mittelwert Stunden im Home-office pro Woche (in h)	Anteil Stunden Homeoffice an Stunden pro Woche (in %)
15-24 Jahre	15.32	40
25-39 Jahre	16.55	44
40-54 Jahre	15.94	43
55-64 Jahre	17.14	45
64 Jahre und älter	15.14	59
Insgesamt	16.37	43

21% der Teilnehmenden der Studie gaben an, sich in einer Führungsposition zu befinden. Bei den Erwerbstätigen in der Schweiz beträgt der Anteil 9% (BFS, 2025a). Besonders hoch war der Anteil der Gruppe «Führung inkl. Kader» mit bis zu 43% in den teilnehmenden Produktionsbetrieben. Führungspersonen arbeiteten durchschnittlich 39% ihres Pensums im Homeoffice, Teilnehmende ohne Führungsfunktion im Schnitt 45%.

Der höhere Anteil Führungspersonen gegenüber den Erwerbstätigen in der Schweiz steht unter anderem mit der besseren Eignung der Tätigkeiten von Führungspersonen für die Arbeit im Homeoffice in Zusammenhang (Planungs- und Organisationsaufgaben vs. Ausführungsaufgaben).

Bezüglich des Geschlechts war der Anteil «weiblich» bei den Teilnehmenden deutlich höher als der Anteil «männlich» (54% vs. 45%). Rund 1% der Teilnehmenden wollte sich nicht zum Geschlecht äussern oder wählte die Antwortoption «andere». Insbesondere die Gruppe «weiblich» der Alterskategorie 25-39 Jahre war übervertreten gegenüber Erhebungen bei Erwerbstätigen in der Schweiz (siehe Abbildung 2). Beim Geschlecht waren in der Gruppe «männlich» die Alterskategorien 40-54 Jahre und 55-64 Jahre übervertreten.

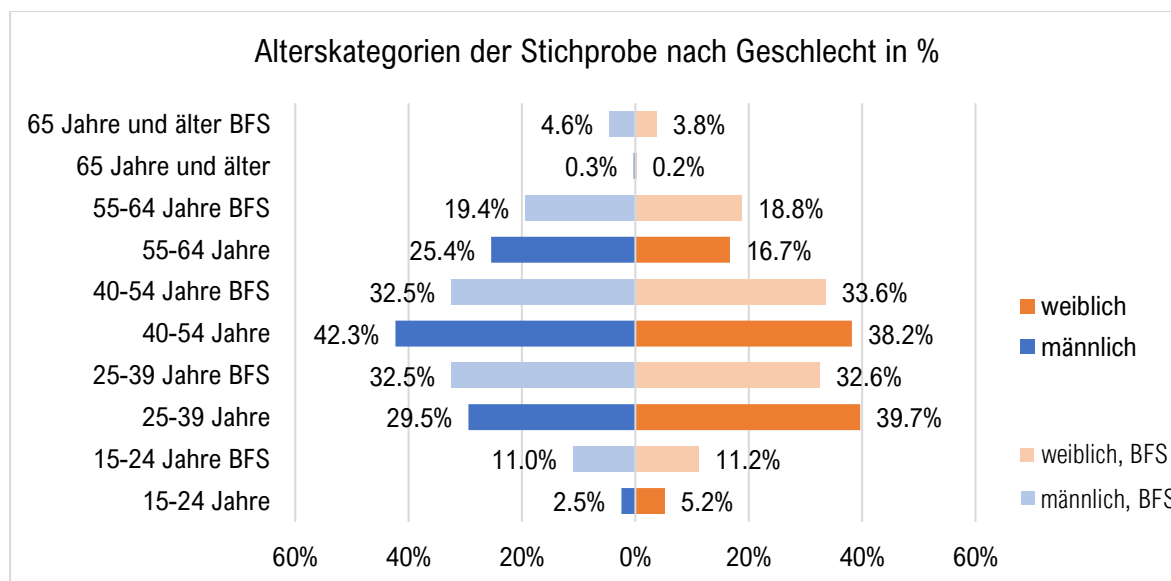


Abbildung 2: Alterskategorien nach Geschlecht «männlich»/«weiblich» inkl. Vergleichswerte BFS

Die Ursache der Abweichung liegt in der Geschlechtsverteilung in den untersuchten Betrieben sowie dem bereits vorher erwähnten hohen Anteil Führungspersonen, welche im Durchschnitt älter sind als Mitarbeitende ohne Führungsfunktion (47 Jahre gegenüber 42 Jahre). Bei teilnehmenden Betrieben aus Produktion und Logistik war der Anteil «männlich» höher als der Anteil «weiblich». Bei den Betrieben aus Versicherungen, öffentlicher Verwaltung und Detailhandel, welche den Grossteil der Stichprobe stellten, war der Anteil «weiblich» höher. Die Verteilung der Geschlechter «weiblich» und «männlich» in der Stichprobe entsprach den effektiven Verhältnissen in den Betrieben, von welchen Angaben verfügbar waren.

Um allfällige Verzerrungen der Gesamtergebnisse durch die Verteilung der Geschlechter sowie der Alterskategorien zu erkennen, erfolgte jeweils eine separate Auswertung. Wo ein Einfluss durch das Geschlecht oder das Alter vorhanden ist, ist dies im Bericht erwähnt.

Die Teilnehmenden waren zwischen 17 und 68 Jahre alt, bei einem Mittelwert von 43 Jahren, wobei die Gruppe «weiblich» mit einem Mittelwert von 42 Jahren jünger war als die Gruppe «männlich». Dort betrug der Mittelwert 45 Jahre.

66% der Teilnehmenden gaben an, eine Vollzeiterwerbstätigkeit (mind. 90%) auszuüben, 34% eine Teilzeiterwerbstätigkeit. Gegenüber den Erwerbstätigen in der Schweiz, mit einem Anteil Teilzeiterwerbstätiger von 38% (BFS, 2025b), ist der Anteil Teilzeiterwerbstätige in der Stichprobe tiefer. Dies gilt beim Geschlecht sowohl für die Gruppe «männlich» (16.4% gegenüber 20.5%) wie auch für die Gruppe «weiblich» (48% gegenüber 59%).

Bei 34% der Stichprobe lebten Kinder bis 15 Jahren im gleichen Haushalt. In der Gruppe «weiblich» waren es 31%, in der Gruppe «männlich» 38%. Ein direkter Zusammenhang zwischen Kindern im selben Haushalt und dem Anteil Homeoffice war nicht erkennbar, auch nicht innerhalb der Geschlechter. Jedoch arbeiteten Personen mit Kindern bis 15 Jahren im gleichen Haushalt in einem tieferen Pensum also solche ohne und verbrachten entsprechend auch weniger Zeit bei der Arbeit im Homeoffice.

4 Ergebnisse

4.1 Arbeitsorganisation

4.1.1 Betriebliche Regelungen/Weisungen

Befragt wurden zu den Regelungen die Kontaktpersonen der Betriebe sowie die Mitarbeitenden. Alle teilnehmenden Betriebe verfügten über schriftliche Regelungen zum Thema mobil-flexible Arbeit oder Arbeiten im Homeoffice. 88% der teilnehmenden Mitarbeitenden nannten das Vorhandensein von mindestens einer mündlichen oder schriftlichen Regelung, inkl. GAV. 83% nannten das Vorhandensein einer allgemeinen oder individuellen schriftlichen Vereinbarung. 12% der Teilnehmenden, zwischen 6% und 18% pro Betrieb, mit Ausnahme des kleinsten Betriebs, bei dem alle von der Regelung wussten, kannten die Regelung nicht (Antwort: «Ich weiss nicht» oder «Keine Regelung vorhanden»).

Sechs der Betriebe (71% der teilnehmenden Personen) verfügten über eine Regelung bezüglich Maximalpensum, welches im Homeoffice geleistet werden darf. Übliche Regelungen bezüglich Maximalpensum waren zwei Tage pro Woche und/oder bis zu 50% des Arbeitspensums.

Über keine Regelung oder Empfehlung bezüglich des Pensums im Homeoffice verfügten die Betriebe, bei denen die Art der Tätigkeit eines grösseren Anteils der Mitarbeitenden kein Homeoffice erlaubt (z. B. Produktion, öffentliche Verwaltung). Entweder gab es hier Vereinbarungen mit der Führungsperson, abteilungsspezifische Regelungen, oder es stand den Mitarbeitenden frei, selbst zu wählen. Der Mittelwert insgesamt betrug beim Anteil Homeoffice 43%, für die Teilnehmenden aus Betrieben mit Maximalpensum ebenfalls 43% und 45% für die Teilnehmenden aus Betrieben ohne Maximalpensum. Die Spannweite beim Mittelwert für den Anteil Homeoffice zwischen den Betrieben lag zwischen 31% und 55%. Die Betriebe mit dem tiefsten Anteil Homeoffice (31% - 34%) verfügten über die Vorgabe, dass eine separate Vereinbarung notwendig ist bei regelmässiger Tätigkeit im Homeoffice.

Der Anteil der Zeit, der im Homeoffice gearbeitet wird, war tendenziell grösser, wenn jemand in einem niedrigeren Pensum arbeitet ($r = -.08^{**}$). Dies kann als direkte Folge der Maximalregelung 2 Tage pro Woche gesehen werden. Der Zusammenhang zwischen Arbeitspensum und Anteil Homeoffice war entsprechend innerhalb von Betrieben mit nicht gestufter Maximalregelung höher und innerhalb von Betrieben mit gestufter Maximalregelung kleiner und dann auch nicht mehr signifikant.

Bei vier von sieben Betrieben (18.4% der Stichprobe) war vorgegeben, dass bei Tätigkeit im Homeoffice keine Überstunden geleistet werden dürfen. In einem Fall gab es eine Bemerkung zur Befragung, dass es schade sei, dass im Homeoffice keine Überstunden geleistet/aufgeschrieben werden dürfen. Auf die Häufigkeit, mit der mehr als zehn Stunden am Tag gearbeitet wird und bezüglich Sonntags-/Nachtarbeit war bezüglich dieser Regelung kein Einfluss erkennbar, auch nicht bezüglich Arbeiten in der Freizeit.

4.1.2 Arbeitszeiten und Abgrenzung

Die meisten Regelungen bezüglich Arbeitszeit oder mobil-flexiblem Arbeiten enthielten einen Verweis auf die geltenden Gesetze bezüglich Arbeits- und Ruhezeiten sowie Sonntags- und Nachtarbeit oder einen Auszug daraus mit dem Hinweis, dass ohne Absprache bzw. Vereinbarung mit dem Betrieb oder der Führungsperson keine Sonntags- und/oder Nachtarbeit geleistet werden darf.

4 Ergebnisse

Trotzdem gaben 14% der Teilnehmenden an, selten bis oft Sonntags- und/oder Nachtarbeit zu leisten, ohne dass diese im Rahmen von Schicht- oder Pikettdienst stattfand und 4% antworteten mit «manchmal» oder «oft». Die Verrichtung von Sonntags-/Nachtarbeit stand auch in Zusammenhang mit vermehrtem Arbeiten in der Freizeit ($r=.34^{***}$). Der Anteil Homeoffice hatte auf diesen Zusammenhang keinen Einfluss. 38% der Teilnehmenden arbeiteten im Verlauf eines Monats nie mehr als zehn Stunden pro Tag, 53% dafür mindestens einmal.

Führungspersonen arbeiteten häufiger mehr als zehn Stunden ($r=-.28^{***}$), an Sonntagen oder in der Nacht ($r=-.22^{***}$) oder in ihrer Freizeit ($r=-.21^{***}$), als Personen ohne Führungsposition. Trotzdem wurden von ihnen nicht häufiger Beschwerden gemeldet und sie hatten auch kein schlechteres psychisches Befinden als der Rest der Stichprobe. Kontrolliert nach der Führungsposition und dem Geschlecht hatten Sonntags-/Nachtarbeit, Arbeiten von mehr als 10 Stunden am Tag sowie in der Freizeit einen Zusammenhang mit schlechterem psychischem Wohlbefinden und psychischer Ermüdung (siehe 4.6.3).

85% der Stichprobe gaben an, dass ihre Arbeitszeit vollständig erfasst wird. Bei 12% der Stichprobe wurden die Arbeitszeiten nicht erfasst. Dabei handelte es sich deutlich häufiger um Führungspersonen und im Schnitt waren die Personen ohne Zeiterfassung deshalb auch älter. In der Teilstichprobe, welche angab, dass nur ein Teil der Arbeitszeit erfasst wird (2% der Stichprobe), wurde häufiger in der Freizeit und häufiger länger als zehn Stunden am Tag gearbeitet als im Rest der Stichprobe. Entsprechend war auch das psychische Wohlbefinden geringer. Allerdings wies diese Gruppe auch einen geringeren Anteil Arbeit im Homeoffice auf im Vergleich zur restlichen Stichprobe. Insgesamt arbeiteten die Personen mit Zeiterfassung ($M=44\%$, $SD=17\%$) gegenüber denen mit teilweiser oder keiner Zeiterfassung (je $M=38\%$, $SD=18\%$) mit höherem Anteil im Homeoffice.

16% der Teilnehmenden gaben an, nach der Tätigkeit im Homeoffice nicht abschalten zu können (Antworten «trifft eher zu/trifft zu»). Beim Abschalten nach der Tätigkeit vor Ort im Betrieb waren es 18%. Insbesondere Personen mit langen Arbeitstagen und Sonntags-/Nachtarbeit hatten grössere Probleme, nach der Arbeit abzuschalten. Besser abschalten zu können nach der Arbeit im Homeoffice steht mit einem besseren psychischen Wohlbefinden ($r=-.37^{***}$), mit weniger psychischer Ermüdung ($r=-.27^{***}$) sowie mit einem besseren allgemeinen Gesundheitszustand in Verbindung ($r=.17^{***}$).

87% der Teilnehmenden gaben an, dass sie bei Arbeit im Homeoffice nicht ausserhalb der üblichen Arbeitszeiten des Betriebs erreichbar sein müssen (Antwort «trifft nicht zu»). Bereits die Teilnehmenden, welche mit «trifft eher nicht zu» geantwortet hatten, berichteten deutlich häufiger darüber, nicht gut abschalten zu können.

«Wenn ich im Homeoffice arbeite, habe ich das *Gefühl*, auch ausserhalb der üblichen Arbeitszeiten unseres Betriebs erreichbar sein zu müssen.» wurde nur von 72% der Teilnehmenden mit «trifft nicht zu» beantwortet. Mit 2% antworteten doppelt so viele mit «trifft zu» wie bei «erreichbar sein müssen» (0.8%). Diese 2% berichteten nochmals deutlich häufiger darüber, nicht gut abschalten zu können.

95% der Teilnehmenden berichteten über eine gute oder sehr gute Vereinbarkeit der Arbeitszeiten mit Verpflichtungen ausserhalb der Arbeit. Diese war höher, wenn seltener in der Freizeit gearbeitet wurde ($r=.20^{***}$). Der Arbeitsweg der Teilnehmenden (hin und zurück) dauerte durchschnittlich 76 Minuten, der Median lag bei 60 Minuten. Dies entspricht den Ergebnissen der Strukturerhebung zur Pendlermobilität (BFS, 2023). Die Dauer des Arbeitswegs steht in Zusammenhang mit dem Zeitanteil, zu dem im Homeoffice gearbeitet wird ($r=.26^{***}$). Teilnehmende mit längerem Arbeitsweg arbeiten zu einem grösseren Anteil ihres Pensums im Homeoffice.

4.1.3 Überwachung am Arbeitsplatz

Übliche Kollaborationsanwendungen geben dem Betrieb vielfältige Möglichkeiten, die Mitarbeitenden digital zu überwachen. Insbesondere Anwendungen zur Optimierung betrieblicher Prozesse (Workplace Analytics) evaluieren verschiedene Aspekte der Arbeitstätigkeit und ermöglichen so auch die Überwachung einzelner Mitarbeitender. Zulässig ist die Überwachung der Leistung, nicht jedoch des Verhaltens einer Person (SECO, 2015b). Gefragt wurden die Teilnehmenden danach, ob sie bei ihrer Tätigkeit im Homeoffice digital überwacht werden bzw. ob sie sich überwacht fühlen. 16% bzw. 15% der Teilnehmenden antworteten mit «trifft zu/trifft eher zu», 34% bzw. 67% mit «trifft nicht zu/trifft eher nicht zu» und 46% bzw. 9% mit «Trifft weder zu noch nicht zu oder Ich weiss nicht».

Die Teilnehmenden differenzierten zwischen dem Gefühl und dem Wissen. So gaben 2% der Stichprobe an, dass überwacht werde, sie sich aber trotzdem nicht überwacht fühlen. Weniger als 1% der Stichprobe gab an, dass keine Überwachung stattfindet, sie sich aber trotzdem überwacht fühlen. Bei der Frage, ob sich die Teilnehmenden überwacht *fühlten*, zeigten sich Zusammenhänge zu verschiedenen Beschwerden: V.a. Konzentration ($r=.15^{***}$), Stress ($r=.15^{***}$), Sorgen über die Arbeit ($r=.14^{***}$) sowie höhere Ermüdung ($r=-.16^{***}$), schlechteres Wohlbefinden ($r=-.15^{***}$) und schlechtere Gesundheit ($r=.11^{***}$). Ausserdem gaben sie auch an, seltener um ihre Meinung gefragt zu werden bei der Zielfestlegung ($r=.19^{***}$) und seltener über die notwendigen Informationen zur Arbeit im Homeoffice zu verfügen ($r=.14^{***}$). Hingegen zeigten sich keine solchen Zusammenhänge bei der Frage, ob die Teilnehmenden bei der Arbeit im Homeoffice überwacht *werden*.

4.1.4 Finanzielle und materielle Unterstützung durch den Betrieb

Vier der 13 teilnehmenden Betriebe (57% der Gesamtstichprobe) gaben an, weder etwas an Mobiliar oder Infrastruktur für das Homeoffice noch an Gebühren (z. B. Internet) zu bezahlen und stellten auch kein Mobiliar zur Verfügung. Sieben der Betriebe stellten einen Teil des Mobiliars zur Verfügung. Dazu gehörten zum Beispiel Bildschirme oder Peripheriegeräte, welche an den Homeoffice-Arbeitsplatz mitgenommen werden durften. Ein Betrieb verkaufte nicht mehr benötigte Möbel über einen Second Hand-Shop an die Mitarbeitenden. Vier Betriebe beteiligten sich finanziell an der Einrichtung des Homeoffice-Arbeitsplatzes, indem vergünstigter Einkauf von Geräten und Mobiliar angeboten wurde, oder ein Teilbetrag für angeschafftes Mobiliar rückerstattet wurde. Bei einem Betrieb wird zweijährlich ein Pauschalbetrag für Mobiliar ausgerichtet. Ob finanzielle oder materielle Beiträge vom Betrieb zur Verfügung gestellt wurden, hatte im Rahmen dieser Untersuchung keinen messbaren Zusammenhang zur Gestaltung oder zur Zufriedenheit mit dem Arbeitsplatz im Homeoffice.

29% der Teilnehmenden gaben an, dass der Betrieb Ressourcen zur Arbeit im Homeoffice zur Verfügung stellt. 69% dieser Teilnehmenden bzw. 18% der Gesamtstichprobe antworteten, dass sie die angebotenen Ressourcen auch nutzen. Auch dies hatte keinen nachweisbaren Zusammenhang zur ergonomischen Einrichtung des Homeoffice-Arbeitsplatzes. Ausserdem antworteten auch Teilnehmende aus Betrieben, welche angaben, keine Ressourcen zur Verfügung zu stellen, dass sie Ressourcen erhalten hatten.

Am häufigsten meldeten die Teilnehmenden, dass sie vom Arbeitgeber bezüglich den Geräten Unterstützung erhielten (siehe Abbildung 3).

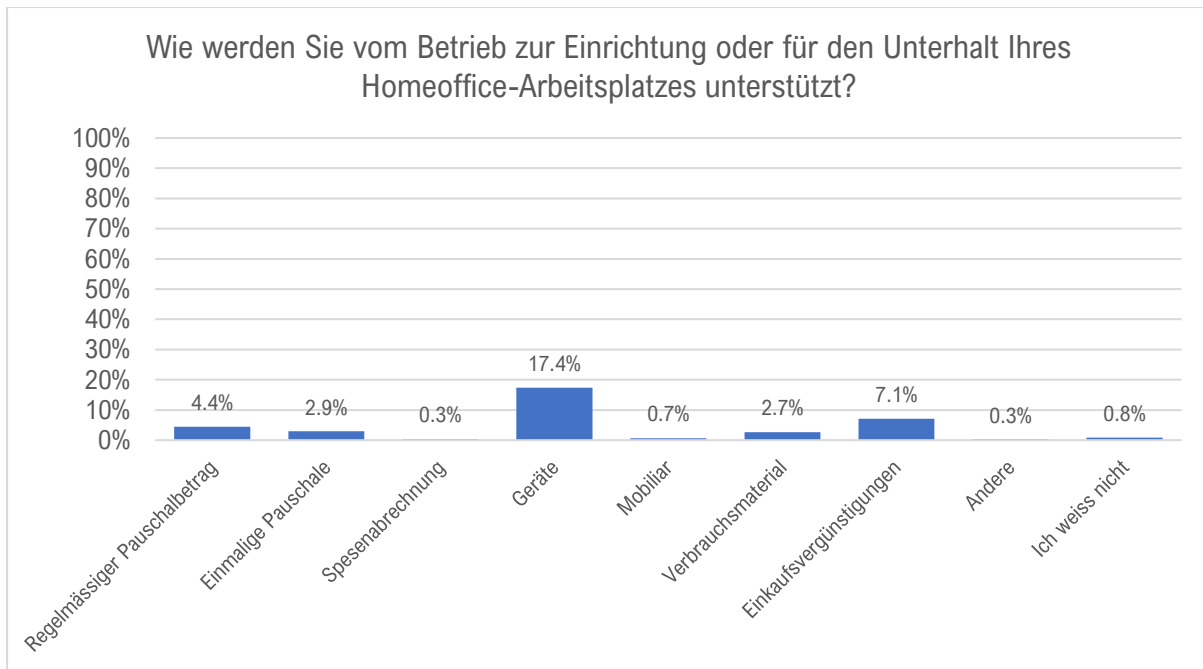


Abbildung 3: Von den Teilnehmenden genannte Ressourcen, in % der Gesamtstichprobe

4.1.5 Schulungen und Information

Ein Betrieb gab an, dass Homeoffice-spezifische Schulungen zum Thema Ergonomie stattgefunden hätten (5% der Gesamtstichprobe). Bei fünf weiteren Betrieben wurden allgemeine Schulungen zur Ergonomie am Arbeitsplatz angeboten (47% der Gesamtstichprobe). Beratung direkt am Homeoffice-Arbeitsplatz wurde nicht genannt als Angebot. Beratung zur Ergonomie am Arbeitsplatz im Büro stand gemäss Information der Betriebe bei 35% der Stichprobe zur Verfügung.

Dem gegenüber antworteten 21% der Teilnehmenden, dass der Betrieb Schulungen zum Homeoffice anbietet. Schulungen zur Ergonomie wurden gemäss den Teilnehmenden am häufigsten angeboten (siehe Abbildung 4). Nach der Nutzung durch die Teilnehmenden wurde nicht gefragt. Das Wissen, dass Schulungen angeboten werden, zeigte keine direkten Zusammenhänge zur ergonomischen Gestaltung des Homeoffice-Arbeitsplatzes, zu gesundheitlichen Beschwerden oder dem psychischen Befinden. Zusammenhänge finden sich jedoch bei Information und Hilfestellungen (siehe nächster Absatz).

59% der Teilnehmenden gaben an, dass sie über die sachgerechte Nutzung des Homeoffice-Arbeitsplatzes aus ergonomischer Sicht informiert wurden (Antworten «trifft zu/trifft eher zu») und 50% der Teilnehmenden gaben an, bei Bedarf Unterstützung bei der ergonomischen Einrichtung ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes zu erhalten. Beide Aspekte standen in Zusammenhang mit einem ergonomisch besser gestalteten Arbeitsplatz im Homeoffice ($r=.14^{***}$ bzw. $r=.15^{***}$) und mehr Zufriedenheit mit dem Homeoffice-Arbeitsplatz ($r=.20^{***}$ bzw. $r=.19^{***}$). Personen, welche Informationen über die sachgerechte Nutzung des Homeoffice-Arbeitsplatzes aus ergonomischer Sicht erhielten, gaben auch häufiger an, dass der Betrieb Schulungen zum Thema Homeoffice anbietet ($r=.39^{***}$) und insbesondere zur Ergonomie im Homeoffice ($r=.31^{***}$).

22% der Teilnehmenden antworteten mit «trifft zu/trifft eher zu» bezüglich der Frage, ob ihre Führungsperson mit ihnen Herausforderungen bezüglich der Tätigkeit im Homeoffice thematisiert. Es zeigte sich ein leichter Zusammenhang zum besseren Abschalten nach der Arbeit im Homeoffice ($r=.11^{***}$), sowie ein Zusammenhang zur guten sozialen Gestaltung der Arbeit ($r=.16^{***}$, siehe Abschnitt 4.2).

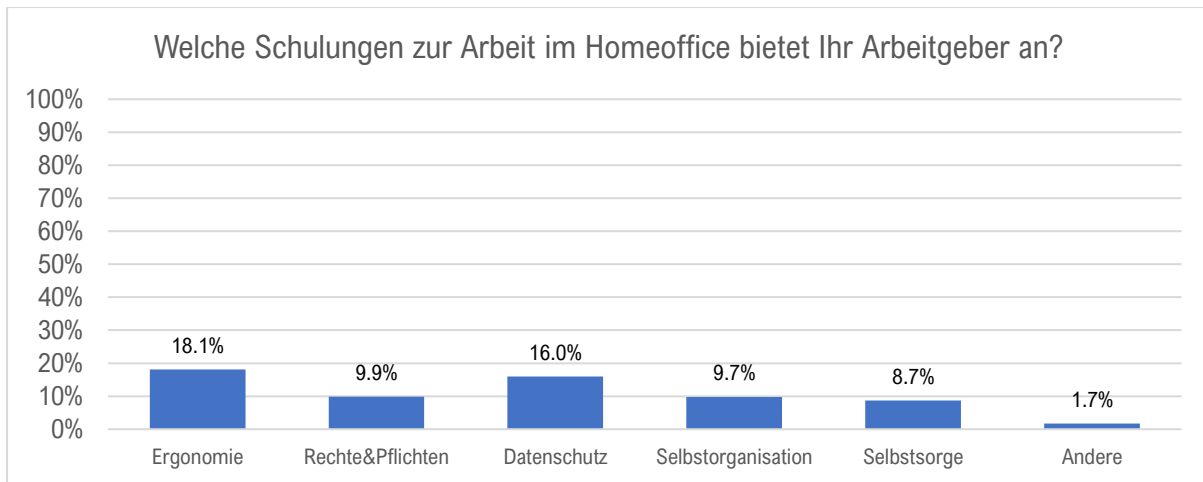


Abbildung 4: Vom Arbeitgeber angebotene Schulungen gemäss Befragung der Teilnehmenden

4.1.6 Autonomie und Partizipation

Aus mehreren Fragen wurde die Gruppenvariable «Gut gestaltete Arbeitsorganisation» gebildet, welche Aspekte der Autonomie und Partizipation beinhaltet (Details siehe Anhang 0). 37% der Teilnehmenden verfügten bei dieser Gruppenvariable über gut gestaltete Arbeitsbedingungen. Diese Teilstichprobe arbeitete seltener in der Freizeit, konnte besser abschalten nach der Arbeit, verfügte über eine bessere Vereinbarkeit, einen besseren Gesundheitszustand, hatte tendenziell seltener muskuloskelettale Beschwerden, ein besseres psychisches Wohlbefinden und berichtete über weniger Stress in den vergangenen 12 Monaten ($r=.23^{***}$), sowie weniger häufigen Zeitdruck ($r=.16^{***}$).

Teilnehmende mit gut gestalteter Arbeitsorganisation fühlten sich zudem weniger überwacht bei der Arbeit im Homeoffice ($r=.19^{***}$) und hatten einen geringeren Anteil an Videokonferenzen bei der Arbeit im Homeoffice ($r=-.15^{***}$).

4.2 Soziale Beziehungen bei der Arbeit

Aus mehreren Fragen wurde die Gruppenvariable «Gut gestaltete soziale Beziehungen» gebildet mit den Aspekten der sozialen Beziehungen (Details siehe Anhang 0). Diese enthielt jeweils die besten zwei Ausprägungen der Einzelvariablen. Insgesamt 51% der Stichprobe verfügten über eine gute soziale Gestaltung der Arbeit. Diese erlebten die Arbeit als weniger emotional belastend ($r=.33^{***}$), sorgten sich weniger ($r=.22^{***}$) und hatten unter anderem einen besseren Gesundheitszustand ($r=.19^{***}$), ein besseres psychisches Wohlbefinden ($r=-.31^{***}$) und weniger häufig Stress in den vergangenen 12 Monaten ($r=.26^{***}$). Bei besserer sozialer Gestaltung der Arbeit war auch das Gefühl weniger verbreitet, bei der Arbeit im Homeoffice überwacht zu werden ($r=.12^{***}$).

In der Gruppe der Führungspersonen zeigte sich eine bessere Gestaltung der sozialen Beziehungen insgesamt ($r=.22^{***}$) sowie ein besserer eigener Gesundheitszustand ($r=.15^{***}$) und weniger häufiges Stressempfinden ($r=.20^{***}$), verbunden mit einer grösseren Zustimmung zu «Ich erhalte als Führungsperson bei Bedarf Unterstützung zu Fragestellungen von Mitarbeitenden, die im Homeoffice arbeiten.». 69% der Führungspersonen beantworteten diese Frage mit «trifft zu/trifft eher zu».

4.3 Arbeitsaufgabe

Zur Gestaltung der Arbeitsaufgabe wurden nur zwei Fragen gestellt. Bezüglich der Frage «Sie haben das Gefühl, eine sinnvolle Tätigkeit zu verrichten.» antworteten nur knapp 3% der Teilnehmenden mit «nie/selten», 83% der Teilnehmenden jedoch mit «oft/immer». Insbesondere war ein Zusammenhang zu guter sozialer Gestaltung ($r=.25^{***}$) und zu guten Abläufen bei der Arbeit ($r=.26^{***}$) festzustellen sowie Zusammenhänge zur besseren Gesundheit ($r=.19^{***}$).

Wenn Herausforderungen bezüglich Arbeit im Homeoffice mit der Führungsperson thematisiert werden können (22% «trifft zu/trifft eher zu»), zeigt sich ein reduziertes Stressempfinden ($r=.17^{***}$) und es gelingt Mitarbeitenden auch tendenziell besser, nach der Arbeit im Homeoffice abzuschalten ($r=.11^{***}$). Zwischen den Gesprächen mit der Führungsperson und der Sinnhaftigkeit der Tätigkeit war ebenfalls ein Zusammenhang festzustellen ($r=.20^{***}$).

Führungspersonen, welche bei Bedarf Unterstützung erhalten zu Fragestellungen von Mitarbeitenden, die im Homeoffice arbeiten (10% «trifft zu/trifft eher zu»), berichteten über eine bessere Gesundheit ($r=.15^{***}$), besseres psychisches Wohlbefinden ($r=-.223^{***}$) und ein reduziertes Stressempfinden ($r=.20^{***}$). Auch hier war ein Zusammenhang zur Sinnhaftigkeit der Tätigkeit festzustellen ($r=.28^{***}$).

Eine typische Tätigkeit bei der Arbeit im Homeoffice stellen Videokonferenzen dar. 5% der Teilnehmenden gaben an, bei ihrer Tätigkeit im Homeoffice keine Videokonferenzen zu haben. Es gab jedoch auch Antworten bis zu 90% der Zeit. Tendenziell wiesen Führungspersonen einen höheren Anteil an Videokonferenzen auf. Einen Zusammenhang gab es bezüglich der Häufigkeit, dass mehr als zehn Stunden am Tag gearbeitet wird (kontrolliert nach Führungsposition: $r=.17^{***}$) und dass schlechter abgeschaltet werden kann nach der Arbeit im Homeoffice (kontrolliert nach Führungsposition: $r=.14^{***}$).

4.4 Arbeitsumgebung vor Ort im Betrieb

95% der Teilnehmenden gaben an, in den vergangenen vier Wochen vor der Befragung im Wechsel vor Ort im Betrieb und im Homeoffice gearbeitet zu haben. Vollständig im Homeoffice arbeiteten 1.5%. 93% der Teilnehmenden konnten im Betrieb vor Ort arbeiten, wenn sie dies wünschen. Ein Zusammenhang ist festzustellen bezüglich der Häufigkeit, mit der ein freier Arbeitsplatz vor Ort verfügbar ist ($r=.11^{***}$). 43% der Teilnehmenden verfügen über einen fest zugeteilten Arbeitsplatz. Von den Teilnehmenden ohne festen Arbeitsplatz finden 75% immer und 15% sehr häufig einen Arbeitsplatz.

Fast die Hälfte der Teilnehmenden (48%) arbeitet vor Ort im Betrieb allein oder mit bis zu 5 weiteren Personen im gleichen Raum. 23% der Teilnehmenden arbeiten in einem Raum mit 15 bis 49 Personen. 7% arbeiten in einem Raum mit mehr als 50 Personen. Die Anzahl Personen im gleichen Raum hat einen kleinen Einfluss auf den effektiven Zeitanteil, der im Homeoffice gearbeitet wird: Je mehr Personen im gleichen Raum arbeiten, umso höher ist die Anzahl Stunden pro Woche mit Tätigkeit im Homeoffice ($r=.09^{***}$; siehe Abbildung 5). Insbesondere unterscheiden sich die Kategorien «1 weitere Person» und «15-49 weitere Personen». Mehrere Bemerkungen in der Befragung nannten die Menge an weiteren Personen im Büro vor Ort als Grund dafür, lieber im Homeoffice zu arbeiten.

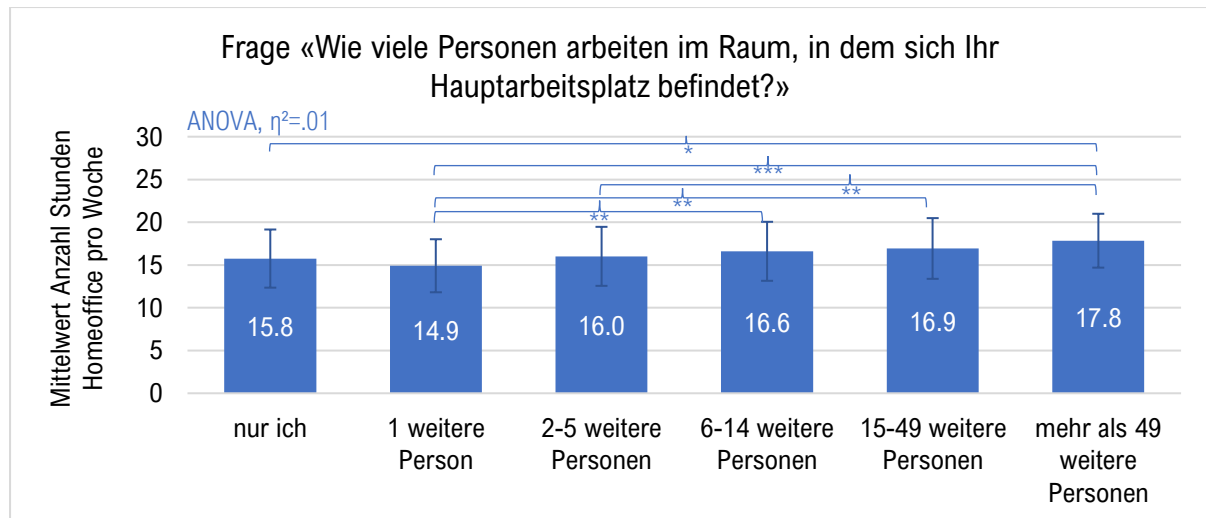


Abbildung 5: Mittelwerte Anzahl Stunden Homeoffice pro Woche nach Anzahl Personen im Raum vor Ort (Fehlerbalken: SD, inkl. ANOVA)

4.5 Arbeitsumgebung/Arbeitsmittel im Homeoffice

4.5.1 Ergonomisch gut gestaltete Arbeitsplätze

35% der Teilnehmenden der Befragung erfüllten *alle* 10 Einschlusskriterien der Gruppenvariable «Gut eingerichtete Homeoffice-Arbeitsplätze» (Details dazu siehe Anhang 0). Das heisst, ihr Arbeitsplatz im Homeoffice entsprach im Wesentlichen den ergonomischen Anforderungen. Damit waren einige positive Aspekte verbunden: Weniger oft musste in schmerzhaften oder ermüdenden Körperhaltungen gearbeitet werden ($r=.13^{***}$) und es traten weniger Augenbeschwerden auf ($r=.12^{***}$). Weiter wurde weniger psychische Ermüdung rapportiert ($r=-.14^{***}$) und das psychische Wohlbefinden war besser ($r=-.14^{***}$). Ausserdem waren der Anteil Stunden Homeoffice pro Woche sowie die Anzahl Stunden pro Woche, in denen im Homeoffice gearbeitet wurde, tendenziell höher, wenn die Teilnehmenden einen ergonomisch gut gestalteten Homeoffice-Arbeitsplatz hatten ($r=-.12^{***}$ bzw. $r=-.13^{***}$). Es ist sowohl möglich, dass die Teilnehmenden eher im Homeoffice arbeiten, wenn sie gute Bedingungen haben, wie auch, dass sie sich den Homeoffice-Arbeitsplatz gut eingerichtet haben, weil sie einen gewissen Anteil ihrer Tätigkeit im Homeoffice mit Komfort ausüben möchten. Beide Argumente wurden in den Bemerkungen zur Befragung geäussert.

In der Teilstichprobe, welche mehr als 20 Stunden pro Woche im Homeoffice tätig war (19% der Gesamtstichprobe), gab es zwischen der guten ergonomischen Gestaltung und dem Gesundheitszustand einen Zusammenhang, welcher in der Gesamtstichprobe nicht ersichtlich war ($r=.14^{***}$). Dieser blieb auch bestehen, wenn nach Geschlecht, Alter und Führungsposition kontrolliert wurde. Bei der Teilstichprobe mit mehr als zehn Stunden pro Woche im Homeoffice lag der Zusammenhang bei $r=.10^{***}$.

4.5.2 Arbeitsraum, Bewegungsraum und Platzierung des Mobiliars

Bei der Frage «Wo ist Ihr üblicher Arbeitsort im Homeoffice?» konnten mehrere Orte angewählt werden. Zur Hauptsache arbeiteten:

- 64% in einem Zimmer mit alleiniger Nutzung, 11% mit gemeinschaftlicher Nutzung
- 23% in einer festen Arbeitsecke innerhalb des Wohnbereichs (Wohnzimmer, Schlafzimmer, Küche)
- 8% flexibel (z. B. am Esstisch, am Sofatisch, auf dem Balkon, etc.)

4 Ergebnisse

9% der Teilnehmenden wählten zwei oder mehr Antwortoptionen aus. Die Teilstichprobe mit Zimmer zur alleinigen Nutzung war zufriedener mit ihrem Homeoffice-Arbeitsplatz als die restliche Teilstichprobe ($r=.30^{***}$).

Im Rahmen der Fotoanalyse nicht systematisch überprüft wurde der Ort des Homeoffice. Aufgrund der Fotos gehen die Autoren davon aus, dass mehrheitlich in einem separaten Zimmer gearbeitet wird.

Der Zugang zum Arbeitsplatz entspricht bei 85% der Teilnehmenden bei der Fotoanalyse den Anforderungen. 96% der Teilnehmenden der Befragung geben an, dass sie am Arbeitstisch im Homeoffice ungehindert absitzen und aufstehen können. In der Fotoanalyse konnten nur 67% der Fotos zu diesem Kriterium beurteilt werden. Bei 9% entsprach der Bewegungsraum (freie Fläche für Aufstehen/Absitzen und Verschieben des Stuhles in der Tiefe) nicht den Anforderungen. Gründe dafür sind eine ungenügende Raumfläche oder zu nahe am Tisch platziertes Mobiliar.

Die Positionierung des Arbeitstisches im Raum im Verhältnis zu den Fenstern hat einen relevanten Einfluss auf eine mögliche Blendungsproblematik. Die Frage «Ist der Bildschirm so platziert, dass von den Fenstern keine Blendung und Spiegelungen auftreten?» beantworteten 14% der Teilnehmenden mit «Nein». In solchen Fällen können Blendungen auftreten. 96% der Teilnehmenden berichteten, dass Storen oder ein anderer Blendschutz am Fenster vorhanden waren.

In der Fotoanalyse wurde mit 26% ein hoher Anteil an Blendungsproblematik (Fenster vor oder etwas seitlich des Arbeitsplatzes) identifiziert. Zu vermuten ist, dass in einigen Fällen der Raum keine andere Platzierung zulässt. Weiter besteht hier bei den Teilnehmenden möglicherweise zu wenig Wissen, um die Problematik selbst identifizieren zu können. Dies könnte auch die abweichenden Werte zwischen der Befragung und der Fotoanalyse miterklären.

4.5.3 Mobiliar

Stuhl

In der Befragung gaben 57% der Teilnehmenden an, dass ihnen Stuhl und Tisch ermöglichen, regelmässig die Arbeitsposition wechseln zu können (z. B. im Stehen arbeiten, Sitzposition verändern). 69% sitzen auf einem verstellbaren Bürodrehstuhl, 16% auf einem Esszimmerstuhl und 8% benutzen eine alternative Sitzgelegenheit (Hocker, Ball, Bank, Kiste, etc.).

Auch bei der Fotoanalyse waren die benutzten Stühle oft Bürodrehstühle. Weiter benutzte Stuhltypen waren Esszimmerstühle, Hocker und vereinzelt andere Stuhltypen. 85% der beurteilbaren Stühle waren kippsicher, 74% in der Höhe verstellbar (in 15% der Fälle waren diese Aspekte nicht beurteilbar).

Der Arbeitsstuhl im Homeoffice entspricht mehrheitlich den ergonomischen Anforderungen, da laut Befragung 91% auf einer gepolsterten Sitzfläche sitzen, und 86% sich durch die Rückenlehne unterstützt fühlen.

Höhe und Form der Rückenlehne entsprachen in der Fotoanalyse zu 67% resp. 62% den Anforderungen. Die Praxiserfahrung zeigt, dass dieser Anteil in den Büros vor Ort im Betrieb höher ist. Entsprechend betrifft auch der zweithäufigste Anpassungswunsch für den Homeoffice-Arbeitsplatz den Stuhl.

94% der Teilnehmenden gaben in der Befragung an, dass die Stuhlhöhe so sei, dass sie im Sitzen ihre Füße bequem auf den Boden stellen können. Bei der Fotoanalyse waren die Stuhlhöhen bei 12% korrekt resp. bei 10% nicht korrekt. Die Resultate der Fotoanalyse können allerdings nur mit Vorbehalt genutzt

4 Ergebnisse

werden, da bei 77% der Fälle die Auswertung nicht möglich war (keine Person auf dem Foto abgebildet). Dafür wurden in den Bemerkungen hauptsächlich zwei Gründe geäußert: Entweder stand keine zweite Person zur Verfügung, um das Foto zu machen, oder die teilnehmende Person wollte nicht auf dem Foto abgebildet werden.

Insgesamt antworteten 65% der Teilnehmenden in der Befragung, dass ihr Stuhl alle drei Kriterien erfüllt (Lehne, Höhe und Polsterung). Es besteht ein leichter Zusammenhang zwischen einem den Anforderungen entsprechenden Stuhl und einer geringeren Beanspruchung durch die Körperhaltung ($r=.11^{***}$). In den meisten Fällen mit Erfüllung aller drei Kriterien (92%) verwenden die Teilnehmenden einen Bürodrehstuhl. Es besteht ein Zusammenhang zwischen der Nichterfüllung der drei Kriterien und einem Anpassungswunsch bezüglich Stuhls ($r=-.43^{***}$).

Tisch

92% der Teilnehmenden gaben in der Befragung an, dass sie genügend Bewegungsraum für ihre Beine hätten. In der Fotoanalyse war bei 76% der abgebildeten Tische der Bewegungsraum für die Beine genügend. Auch hier ist die Beurteilung in der Befragung deutlich positiver als das Urteil der Fachpersonen bezüglich der Fotos.

35% der Teilnehmenden der Befragung gaben an, im Homeoffice an einem höhenverstellbaren, 64% an einem nicht höhenverstellbaren Tisch zu arbeiten. Bei der Fotoanalyse war der Tisch in 38% der Fälle in der Höhe verstellbar.

94% der Teilnehmenden konnten laut Befragung so arbeiten, dass ihre Unterarme vom Tisch unterstützt werden, was darauf hinweist, dass die Tischhöhe korrekt ist. Allerdings war der Anteil mit nicht korrekter Höhe bei der Fotoanalyse doppelt so hoch wie der Anteil der korrekten Höhen (17% zu 8%). Der hohe Anteil an nicht beurteilbaren Fällen ist darauf zurückzuführen, dass nur in geringem Umfang Bilder mit sitzenden Personen am Tisch vorhanden waren.

Die Tischbreite entsprach mehrheitlich den Anforderungen (87%). Bei zwei Dritteln der Teilnehmenden war die Tiefe des Tisches genügend (Fotoanalyse 65%; Befragung 67%). Entsprechend war die Sehdistanz zum Bildschirm bei 9% zu kurz, wobei der Anteil wahrscheinlich in Realität höher ist (bei 52% der Fotos war die Sehdistanz nicht beurteilbar). In der Befragung antworteten 92% der Teilnehmenden, dass der Abstand zwischen den Augen und dem Bildschirm mindestens eine Armlänge beträgt. Auch hier muss von einer zu positiven Bewertung ausgegangen werden.

Die Oberfläche der Tischplatte entsprach in der Fotoanalyse zu 83% den Anforderungen. Die nicht den ergonomischen Anforderungen entsprechenden Oberflächen (Definitionen siehe Anhang A-9.4) waren unter anderem glänzend oder sehr dunkel.

4.5.4 Arbeitsmittel

Mehrheitlich wird mit Laptop, externer Tastatur, externer Maus, Headset sowie einem oder mehreren externen Bildschirm/en gearbeitet (siehe Tabelle 6).

4 Ergebnisse

Tabelle 6: Arbeitsmittel im Homeoffice, Anteil vorhanden in %

Arbeitsmittel	Anteil vorhanden in %	
	Befragung	Fotoanalyse
Laptop	96	-
Desktop PC	10	-
Mind. 1 externer Bildschirm	85	95
Bildschirmdiagonale ≥ 24 Zoll	-	82
Tastatur	80	89
Maus	95	97
Headset	90	
Andere	6	

Die Bildschirme waren in 95% der Fälle (Fotoanalyse ebenfalls 95%) frontal vor den Nutzern und Nutzerinnen platziert. 79% gaben an, dass der obere Bildschirmrand auf Augenhöhe oder leicht darunter liege und somit optimal platziert sei.

4.5.5 Umgebungsfaktoren

86% gaben in der Befragung an, an ihrem Homeoffice-Arbeitsplatz Sicht ins Freie zu haben. In der Fotoanalyse war bei 85% der beurteilten Fälle Tageslicht vorhanden (14% der Fälle waren nicht beurteilbar).

94% der Teilnehmenden antworteten, dass die Beleuchtung für die Erledigung ihrer üblichen Arbeit geeignet sei. 96% gaben an, sie hätten Storen oder einen anderen Blendschutz am Fenster, um Blendung und Hitze durch Sonnenlicht vermeiden zu können.

Praktisch alle Teilnehmenden konnten die Arbeitsräumlichkeiten im Homeoffice regelmässig lüften (99.7%). Zudem hatten 96% der Teilnehmenden im Homeoffice in der Regel ein angenehmes Raumklima bezüglich Temperatur, Luftfeuchte, Zugluft (Antworten «trifft zu/trifft eher zu»). Dies ist ein deutlich höherer Anteil, als den Autoren aus betrieblichen Befragungen bekannt ist. Dort liegt die Zustimmung bezüglich angenehmem Raumklima normalerweise bei ca. 70%. 83% werden bei der Arbeit im Homeoffice nie oder selten durch Lärm und Geräusche gestört.

4.5.6 Optimierungswünsche der Teilnehmenden

90% der Teilnehmenden waren zufrieden oder sehr zufrieden mit dem Arbeitsplatz im Homeoffice. Für 43% der Teilnehmenden waren keine Anpassungen an der Gestaltung ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes notwendig. 42% hatten trotz der hohen Zufriedenheit Anpassungswünsche. Am häufigsten genannt wurde der Tisch (33% der Teilnehmenden), gefolgt vom Stuhl (22%) und vom Bildschirm (13%). Von den Teilnehmenden, die angaben, einen höhenverstellbaren Tisch zu besitzen, wünschte sich trotzdem 4% (1.3% der Gesamtstichprobe) eine Anpassung bezüglich des Tisches.

Der Hauptgrund für den Anpassungswunsch bezüglich des Tisches waren nicht die Tiefe oder der Bewegungsraum. Bei 76% der Teilnehmenden (24% der Gesamtstichprobe), welche Anpassungen am Tisch wünschten, waren Stuhl und Tisch nicht geeignet dafür, die Arbeitsposition zu wechseln – also im Stehen zu arbeiten. In 43% der Fälle mit Anpassungswunsch war die Tiefe des Tisches kleiner als 80cm und in 16% der Fälle wurde der Bewegungsraum unter dem Tisch als ungenügend beurteilt. Die folgende Tabelle (Tabelle 7) enthält einen Auszug aus den am häufigsten genannten Aspekten der Gestaltung ihrer Homeoffice-Arbeitsplätze, bei denen die Teilnehmenden Anpassungen vornehmen würden.

4 Ergebnisse

Tabelle 7: Anpassungswünsche (Anteil $\geq 4\%$)

«In welchen Bereichen wären Ihrer Meinung nach Anpassungen notwendig, um Ihre Arbeit im Homeoffice ergonomisch zu verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Antworten.»	Anteil Ja in %	Anpassungswünsche zu Teilaspekten (Mehrfachantworten): Wenn ja, was würden sie bezüglich ...	Anteil Ja in %
Möbiliar	42	... Möbiliar verbessern?	
		Stuhl	22
		Tisch / Arbeitsfläche	33
Geräte/Hilfsmittel	17	... Geräten/Hilfsmitteln verbessern?	
		Bildschirme	13
		Tastatur/Eingabegerät	5
		Kommunikationsmittel	4
Arbeitsumgebung	6	... Arbeitsumgebung verbessern?	
		Alle Teilaspekte	<3
Kommunikationsmittel/Software	4	... Kommunikationsmittel/Software verbessern?	
		Alle Teilaspekte	<3

19% der Teilnehmenden verfügten weder über einen höhenverstellbaren Tisch noch über einen Bürodrehstuhl im Homeoffice. Alle anderen Teilnehmenden verfügten entweder über beides oder eines von beiden. Diese Gruppe war weniger zufrieden mit dem Arbeitsplatz im Homeoffice als die restliche Teilstichprobe ($r=-.27^{***}$) und arbeitete auch zu einem kleineren Anteil ihres Pensums im Homeoffice ($r=-.16^{***}$).

4.6 Beanspruchung bei der Arbeit

4.6.1 Gesundheit allgemein

87% der Teilnehmenden beurteilten ihren Gesundheitszustand als gut oder sehr gut. Bezüglich der Geschlechter «männlich» und «weiblich» waren es 88% und 86%. Dies ist vergleichbar mit den Ergebnissen der Gesundheitsbefragung (BFS, 2024b) für Personen in Schweizer Privathaushalten. Die Alterskategorie 55–64 Jahre war gegenüber den Ergebnissen der Gesundheitsbefragung jedoch deutlich gesünder (86% vs. 80%), die Alterskategorie 15–24 Jahre weniger gesund (87% vs. 94%). In dieser Alterskategorie antwortete jedoch niemand mit «sehr schlecht» und nur 1 Person mit «schlecht». Insgesamt berichtete nur 1.1% der Teilnehmenden über einen schlechten oder sehr schlechten Gesundheitszustand. Zwischen den gesundheitsbedingten Ausfalltagen in den letzten 12 Monaten und der Beurteilung des aktuellen Gesundheitszustands bestand nur ein geringer Zusammenhang ($r=.24^{***}$). Kein direkter Zusammenhang konnte bezüglich dem Anteil Homeoffice oder der Anzahl im Homeoffice verbrachter Arbeitsstunden hergestellt werden. In einigen Bemerkungen zur Befragung wurde erwähnt, dass ohne die Möglichkeit, im Homeoffice zu arbeiten, eine viel geringere Arbeitsfähigkeit vorhanden wäre.

Die engsten Zusammenhänge zur allgemeinen Gesundheit zeigten vor allem die Skalen zum psychischen Wohlbefinden ($r=-.40^{***}$) und Energie/Ermüdung ($r=-.46^{***}$), bei den Einzelfragen besonders Müdigkeit ($r=.32^{***}$), Schlafprobleme ($r=.31^{***}$) und Probleme der Konzentration ($r=.31^{***}$). Die Zusammenhänge zu den muskuloskelettalen Beschwerden waren etwas geringer und in ähnlichem Rahmen wie die Zusammenhänge zur Beanspruchung durch schmerzhaft oder ermüdende Körperhaltungen ($r=.27^{***}$) und stets gleiche Hand-/Armbewegungen ($r=.18^{***}$). Zu Präsentismus besteht ein moderater Zusammenhang ($r=.31^{***}$).

Tabelle 8 enthält einen Auszug von Korrelationen zum Gesundheitszustand, welche in der jüngsten Alterskategorie (15–24 Jahre) deutlich ausgeprägter sind als in der Gesamtstichprobe. Jüngere Mitarbeitende

4 Ergebnisse

verfügen tendenziell über ein fragiles Gleichgewicht von Belastungen und Ressourcen bei der Arbeit (Stocker et al., 2021).

Tabelle 8: Signifikante Zusammenhänge zum Gesundheitszustand in der jüngsten Alterskategorie und der Gesamtstichprobe

Korrelationen mit «Wie ist Ihr Gesundheitszustand im Allgemeinen?»	Alterskategorie 15–24 Jahre (N=110)	Gesamtstichprobe (N=2855)
Gute soziale Gestaltung der Arbeit	.40***	.19***
Gute Abläufe bei der Arbeit	.21*	.11***
Ich erhalte bei Bedarf vom Betrieb fachliche Unterstützung zur ergonomischen Einrichtung meines Homeoffice-Arbeitsplatzes.	.29**	.14***
Ich erhalte bei IT-Problemen bei der Arbeit im Homeoffice Unterstützung von meinem Arbeitgeber. (z. B. bei schlechter Internetverbindung, Programmabstürzen, nicht funktionierenden Geräten, etc.)	.33**	.16***
Bei meiner Arbeit erlebe ich häufig Spannungen und Konflikte (umgekehrt codiert)	.37***	.20***
Wie häufig haben Sie sich in den letzten 12 Monaten bei der Arbeit gestresst gefühlt? (umgekehrt codiert)	.35***	.26***
Signifikanzniveau ***<.001, **<.01, *<.05		

4.6.2 Physische Beanspruchung und Beschwerden

Beanspruchungen des Bewegungsapparats ergeben sich über die mit der Arbeitstätigkeit verbundenen einwirkenden Kräfte sowie notwendigen Körperhaltungen und Bewegungen in Kombination mit deren Häufigkeit, respektive Dauer. Aus der Tätigkeit «Bildschirmarbeit» in Kombination mit der Gestaltung des Homeoffice Arbeitsplatzes resultieren «stets gleiche Hand- oder Armbewegungen» (Tastatur-, Mausbedienung) und «schmerzhafte oder ermüdende Körperhaltungen» (zum Beispiel langes Sitzen). 61% der Teilnehmenden der Befragung berichteten über stets gleiche Hand- oder Armbewegungen (20% «manchmal», 41% «oft/immer»), 36% über schmerzhafte oder ermüdende Körperhaltungen (27% «manchmal», 9% «oft/immer»).

Diese Beanspruchungsformen treten auch öfter gemeinsam auf ($r=.41^{***}$). Bei beiden gibt es Zusammenhänge zum allgemeinen Gesundheitszustand ($r=.27^{***}$ bei den Körperhaltungen und $r=.18^{***}$ bei den Hand-/Armbewegungen). «Schmerzhafte oder ermüdende Körperhaltungen» einnehmen zu müssen, weist bei den Beschwerden den engsten Zusammenhang mit Nackenbeschwerden auf ($r=.36^{***}$), gefolgt von Schulterbeschwerden ($r=.35^{***}$). Etwas geringere Zusammenhänge zu Beschwerden weist «stets gleiche Hand- oder Armbewegungen» auf. Hier stehen an erster Stelle Beschwerden in den Händen ($r=.27^{***}$), gefolgt von Nackenbeschwerden ($r=.26^{***}$).

Beschwerden am Bewegungsapparat sind weit verbreitet. Nackenbeschwerden traten in einem Zeitraum von zwölf Monaten bei ca. drei Viertel der Teilnehmenden auf. Gelegentlich (an 8 – 30 Tagen im Verlauf der letzten 12 Monate) traten Beschwerden in allen abgefragten Körperbereichen auf (6 – 18% der Befragten). 20% berichteten über Beschwerden an mehr als 30 Tagen bis zu täglich im Nacken, 17% in den Schultern, 14% im unteren Rücken und 12% im oberen Rücken. Deutlich weniger Beschwerden wurden in den Knien berichtet. Details sind in Abbildung 6 ersichtlich.

Weitere physische Beschwerden waren weniger stark verbreitet. Auch hier traten gelegentliche Beschwerden in allen abgefragten Bereichen auf (4% – 27% in den letzten drei Monaten). Am häufigsten traten

4 Ergebnisse

Kopfschmerzen auf (15% eher oft/sehr oft) sowie Augenbeschwerden (10% eher oft/sehr oft). Details sind in Abbildung 7 ersichtlich.

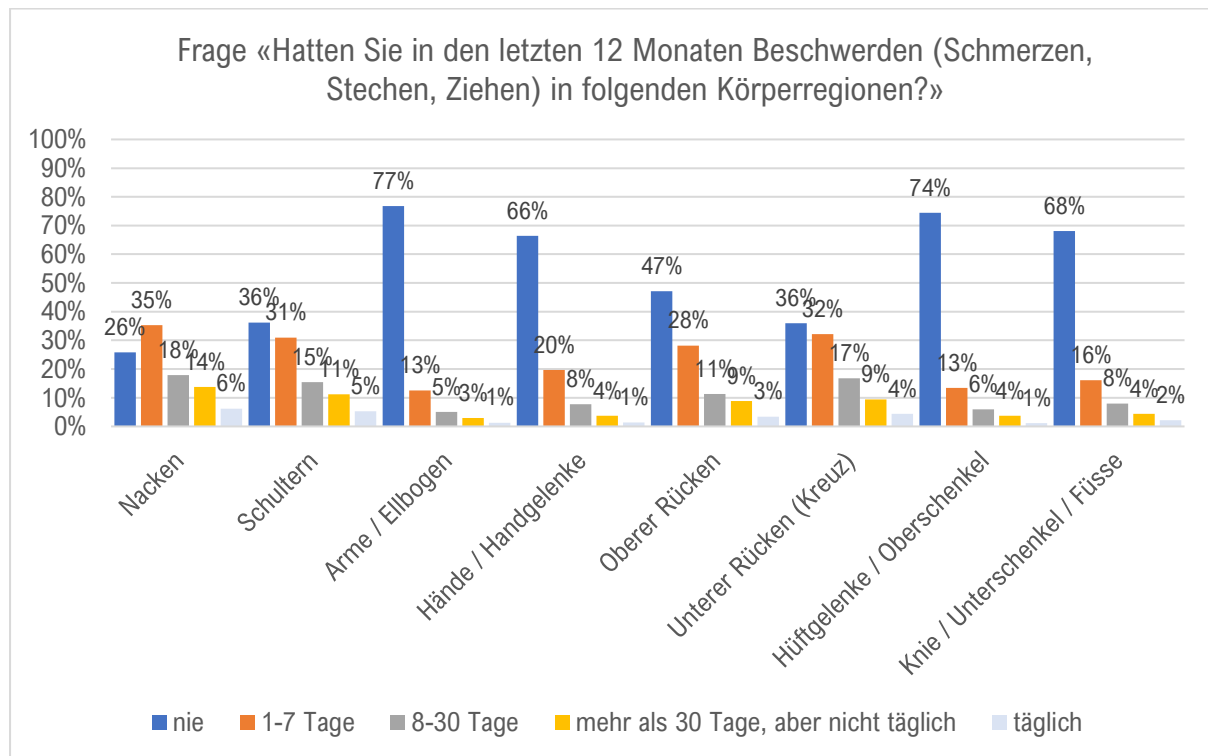


Abbildung 6: Verbreitung von Beschwerden am Bewegungsapparat in den letzten 12 Monaten; ohne «Ich weiss nicht.»

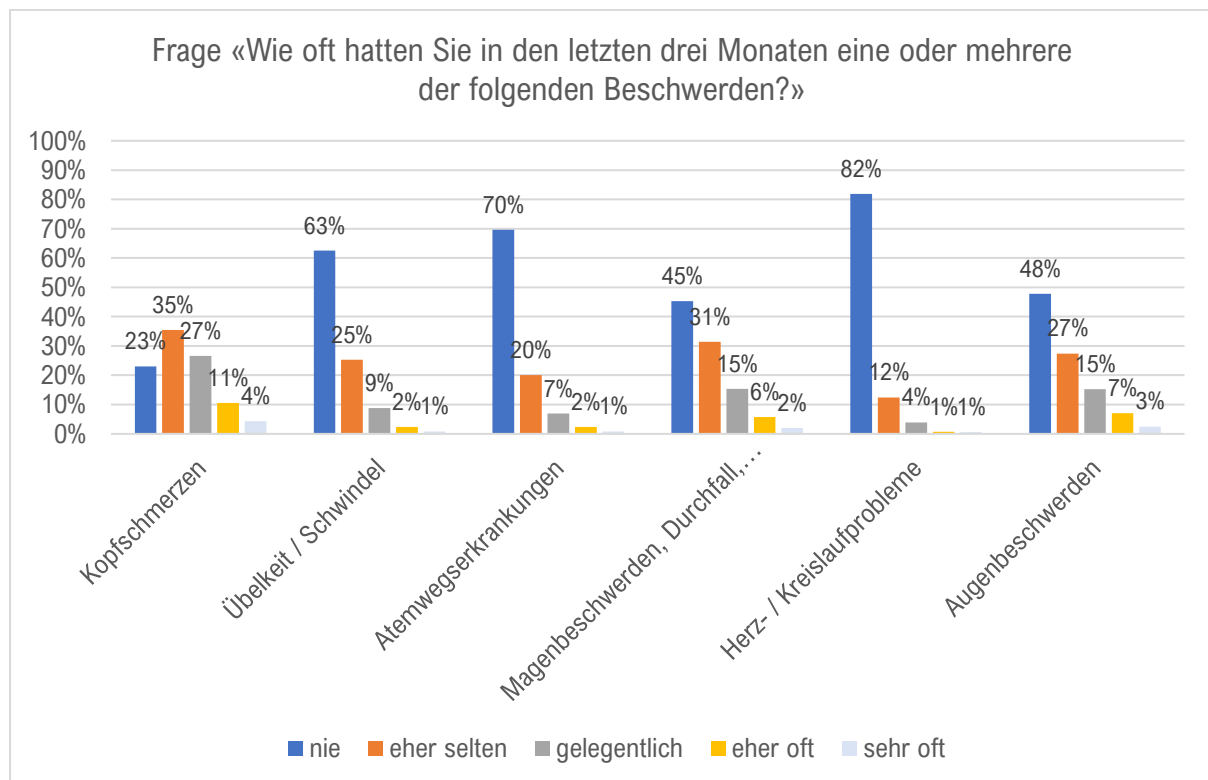


Abbildung 7: Verbreitung von physischen Beschwerden an Kopf und Rumpf in den letzten 3 Monaten; ohne «Ich weiss nicht.»

4.6.3 Psychische Beanspruchung und Beschwerden

Einsamkeit

32% der Teilnehmenden fühlen sich manchmal, häufig oder sehr häufig einsam. Häufig/sehr häufig fühlen sich 4% der Teilnehmenden einsam. Die Anteile sind tiefer als in der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2022, wo 42% der Teilnehmenden angeben, sich manchmal oder oft einsam zu fühlen. Wie auch in der Schweizerischen Gesundheitsbefragung (BFS, 2024a) nimmt das Empfinden von Einsamkeit mit dem höheren Alter ab und ist in der Alterskategorie 15-24 Jahre am häufigsten (53%).

Teilnehmende, welche mehr Stunden pro Woche oder zu einem höheren Anteil im Homeoffice arbeiten, berichten im Rahmen dieser Studie nicht über mehr Einsamkeit als andere. Einsamkeit weist jedoch einen Zusammenhang auf zu schlechterem psychischem Wohlbefinden ($r=-.41^{***}$) sowie zu weniger Energie/mehr Ermüdung auf ($r=-.35^{***}$) und auch zu häufigerem Stress ($r=.23^{***}$), schlechterer Gesundheit ($r=.17^{***}$), und schlechterem Abschalten nach der Arbeit ($r=.19^{***}$). Tendenziell weniger einsam fühlten sich Teilnehmende mit mehr Kindern unter 15 Jahren im gleichen Haushalt ($r=.11^{***}$). Einsamer fühlten sich die Teilnehmenden auch bei weniger guter sozialer Gestaltung der Arbeit ($r=.17^{***}$).

Stress

22% der Teilnehmenden gaben an, sich während der letzten 12 Monate ziemlich häufig oder sehr häufig bei der Arbeit gestresst gefühlt zu haben. Nie gestresst waren 11% der Teilnehmenden. Dies entspricht den Ergebnissen der Schweizerischen Gesundheitsbefragung (BFS, 2024a). Häufigeres Stresserleben hängt zusammen mit Präsentismus ($r=.28^{***}$), schlechterem gesundheitlichem Befinden ($r=.26^{***}$), und besonders mit dem Erleben von Zeitdruck ($r=.46^{***}$) und emotional belastenden Situationen ($r=.43^{***}$).

Wohlbefinden und Energie/Ermüdung

Um das psychische Befinden zu beurteilen, wurden zwei Skalen aus dem SF-36/RAND-36-Fragebogen (Ware & Sherbourne, 1992) verwendet. Mit Mittelwerten, welche deutlich über dem Norm-Mittelwert der Skala liegen (76 gegenüber 70 bei der Skala Wohlbefinden, 61 gegenüber 52 bei der Skala Energie/Ermüdung), weist die Stichprobe eine bessere psychische Gesundheit auf. Die Streuung ist zudem geringer als in der Norm.

Personengruppen mit gut gestalteten Homeoffice-Arbeitsplätzen wiesen gegenüber Personen mit weniger gut gestalteten Arbeitsplätzen bessere Skalenwerte bezüglich Wohlbefinden und Energie/Ermüdung auf. Die Mittelwerte, Standardabweichungen und Ergebnisse des T-Tests sind in der nachfolgenden Tabelle 9 abgebildet. Je höher der Mittelwert ist, desto besser das Befinden.

Tabelle 9: Ergebnisse T-Test der Mittelwerte zu psychischem Wohlbefinden und Energie/Ermüdung

Skala	Gruppe	N	M	SD	Fehler M	T	df
Skala Wohlbefinden	Gut eingerichtet	990	78	14.6	0.46	6.142***	2174
	Weniger gut eingerichtet	1'563	73	15.6	0.45		
Skala Energie/Ermüdung	Gut eingerichtet	992	63	17.0	0.54	6.923***	2563
	Weniger gut eingerichtet	1'573	57	17.3	0.50		

4.7 Gesundheitsverhalten der Stichprobe

4.7.1 Pausenverhalten und Präsentismus

ArG Art.15 regelt die Ruhezeiten. Dazu gehören auch Pausen. Diese sorgen für Erholung während des Arbeitstages (Wegge & Wendsche, 2019). 30% der Teilnehmenden antworteten bezüglich Kurzpausen mit «trifft eher nicht zu/trifft nicht zu». Bei den gesetzlich vorgeschriebenen längeren Pausen während des Arbeitstages antworteten 5% der Teilnehmenden mit «trifft eher nicht zu/trifft nicht zu». Ein direkter Zusammenhang zu besserer Gesundheit oder weniger Gesundheitsbeschwerden sowie zur Dauer der wöchentlichen Tätigkeit im Homeoffice zeigte sich nicht im Rahmen dieser Untersuchung, jedoch leichte Zusammenhänge zwischen dem Einhalten der Pausen und weniger Präsentismus (je $r=.11^{***}$), besserem Abschalten nach Tätigkeit im Homeoffice (Kurzpausen $r=.12^{***}$, längere Pausen $r=.16^{***}$) und weniger häufiger Beanspruchung durch schmerzhaft/ermüdende Körperhaltungen (Kurzpausen $r=.14^{***}$, längere Pausen $r=.11^{***}$).

Einen leichten Zusammenhang gab es auch zwischen Kurzpausen und mehr Selbstbestimmung beim Arbeitstempo/Arbeitsrhythmus ($r=.13^{***}$) sowie weniger Zeitdruck ($r=.12^{***}$). Bei den längeren Pausen zeigte sich ein leichter Zusammenhang zu besserem psychischem Wohlbefinden ($r=.14^{***}$).

Mindestens einmal in den letzten 12 Monaten krank gearbeitet zu haben, berichteten 80% der Teilnehmenden (48% «1-2 mal», 20% «3-4 mal», 6% «5-6 mal», 6% «häufiger als 6 mal»), 17% antworteten mit «nie» und 2% antworteten, dass sie sich nie krank gefühlt hätten. 31% der Teilnehmenden gaben an, keinen einzigen Tag wegen Krankheit oder Unfall gefehlt zu haben. Durchschnittlich waren es 4.6 Tage bzw. im Median 2 Tage gesundheitsbedingte Absenzen. Während die Anzahl Ausfalltage tiefer liegt als der Schweizer Schnitt von ca. 8.5 Tagen (BFS, 2025c), war Präsentismus deutlich verbreiteter als in anderen Untersuchungen bei Erwerbstätigen aus der Schweiz (Fischer, 2024). Mitarbeitende mit Tätigkeit im Homeoffice weisen gemäss einer Untersuchung aus Deutschland (Utz et al., 2022) häufiger Präsentismus auf als solche ohne.

Zwischen Präsentismus und den meisten erhobenen Beschwerden, insbesondere Kopfschmerzen ($r=.35^{***}$), sowie einem schlechteren Gesundheitszustand ($r=.31^{***}$) und dem Stressempfinden ($r=.28^{***}$) waren Zusammenhänge feststellbar. Zusammenhänge zwischen Präsentismus und weniger gut gestalteten sozialen ($r=.14^{***}$) und organisatorischen Arbeitsbedingungen ($r=.14^{***}$) waren ebenfalls sichtbar. Ähnliche Zusammenhänge finden auch andere Studien (Gerlach et al., 2024; Utz et al., 2022).

4.7.2 Nutzung Social Media, Streaming-Angebote, Gaming

11% der Teilnehmenden gaben an, bei Tätigkeit im Homeoffice Social Media, Streaming-Angebote oder Gaming stärker zu nutzen, als wenn sie vor Ort im Betrieb arbeiten. Bei 53% der Teilnehmenden führte dies zu keiner Änderung der Nutzung und 4% meldeten eine geringere Nutzung. Bei der Teilstichprobe mit häufigerer Nutzung im Homeoffice wurde häufiger Einsamkeit gemeldet gegenüber der restlichen Teilstichprobe ($U=300677.00$, $Z=-8.039^{***}$). Ob es sich dabei um Gaming, Streaming oder die Nutzung von Social Media handelt, lässt sich aufgrund der Fragestellung nicht beantworten. Es zeigte sich zudem ein leichter Zusammenhang zu höherer psychischer Ermüdung ($r=-.14^{***}$) sowie häufigerer Müdigkeit ($r=.13^{***}$) bei Personen, die angaben, eine höhere Nutzung bei der Arbeit im Homeoffice zu haben.

4.7.3 Tabak, Alkohol, Geld/Glücksspiele

Bezüglich Tabakkonsum meldeten 5% der Teilnehmenden eine Zunahme bei Tätigkeit im Homeoffice, 18% keine Veränderung und 3% einen geringeren Konsum. Ein sehr geringer Zusammenhang war vorhanden zu häufigeren Kurzpausen zwischen den Teilstichproben mit Tabakkonsum und ohne ($r=.09^{***}$).

1% der Teilnehmenden berichtete über eine Zunahme des Alkoholkonsums und 3% über einen geringeren Alkoholkonsum, 42% über keine Veränderung und 55% der Teilnehmenden wählten die Antwort «betrifft mich nicht». Es gab einen leichten Zusammenhang zwischen mehr Alkoholkonsum und mehr Nutzung von Social Media, Streaming-Angeboten oder Gaming ($r=.11^{***}$).

Bei den Geld- und Glücksspielen gaben nur 2 Teilnehmende an, diese im Homeoffice häufiger durchzuführen und 1.3% der Stichprobe, diese seltener durchzuführen. 80% antworteten mit «betrifft mich nicht». Weiterführende Auswertungen waren aufgrund des geringen Teilstichprobenumfangs nicht möglich.

4.7.4 Bewegungs- und Essverhalten

81% der Stichprobe gaben an, während der Woche mindestens einmal durch körperliche Betätigung ins Schwitzen zu kommen und waren damit mindestens teilaktiv. Es zeigten sich Zusammenhänge zum allgemeinen Gesundheitszustand ($r=.20^{***}$), sowie leichte Zusammenhänge zu Präsentismus ($r=.11^{***}$), psychischem Wohlbefinden ($r=-.11^{***}$), Ermüdung ($r=-.18^{***}$) und zu Beschwerden im Rücken (z. B. oberer Rücken $r=.12^{***}$), Nacken ($r=.10^{***}$), Schultern ($r=.10^{***}$). Es ist jedoch unklar, ob die reduzierte Bewegung hier Ursache oder Folge der Gesundheitsprobleme ist.

36% der Teilnehmenden gaben an, sich bei Tätigkeit im Homeoffice weniger zu bewegen, 30% gaben an, sich mehr zu bewegen. Die Teilnehmenden mit weniger Bewegung im Homeoffice gaben tendenziell auch an, sich weniger ausgewogen zu ernähren bei Tätigkeit im Homeoffice ($r=.017^{***}$).

Bezüglich dem Essverhalten gaben 54% der Teilnehmenden an, sich bei Tätigkeit im Homeoffice ausgewogener zu ernähren und 13%, sich weniger ausgewogen zu ernähren. Die Teilstichprobe mit weniger Bewegung und weniger ausgewogener Ernährung bei Tätigkeit im Homeoffice zeigte mehr Mühe damit, nach dem Homeoffice abschalten zu können ($U=219766.50$, $Z=-5.692^{***}$).

5 Diskussion

5.1 Einordnung der Studie

Die Studie verwendete als Grundlage Informationen von teilnehmenden Betrieben, eine Online-Befragung von Mitarbeitenden mit Arbeitstätigkeit im Homeoffice, sowie von den Mitarbeitenden hochgeladene Fotos ihrer Homeoffice-Arbeitsplätze. Insgesamt standen aus der Befragung 2'855 gültige Datensätze (Rücklauf: 32.6%) und aus dem Foto-Upload 144 Datensätze aus 13 Betrieben von unterschiedlichen Branchen zur Analyse zur Verfügung.

Anhand der durchgängig vorhandenen Regelungen zur Arbeit im Homeoffice ist bereits ersichtlich, dass ein Selektionseffekt vorhanden war, der auf die Ergebnisse einen Einfluss ausübt. Teilgenommen hatten Betriebe, bei denen ein grosser Teil oder die Mehrheit der Mitarbeitenden mindestens einen Teil ihrer Arbeit im Homeoffice erledigt.

Durch das unterschiedliche Vorgehen in den Betrieben zur Information der Mitarbeitenden – Mailing oder Veröffentlichung via Intranet – variierte die Höhe des Rücklaufs zwischen den Betrieben stark. Die analysierte Stichprobe kann aufgrund des unterschiedlichen Rücklaufs sowie der nicht umfassenden Abdeckung aller Branchen nicht als repräsentativ für alle Erwerbstätigen in der Schweiz mit Arbeitstätigkeit im Homeoffice bezeichnet werden. Insbesondere war kein vertiefter Einblick in Betriebe aus der Westschweiz, dem Tessin sowie in Kleinstbetriebe möglich. In grösseren Betrieben arbeiten die Mitarbeitenden häufiger im Homeoffice als in kleinen (Soltermann & Weichbrodt, 2025). Eine zukünftige Analyse bei Kleinbetrieben in der Schweiz, auch in der West- und Südschweiz, könnte dafür sorgen, dass ein ganzheitlicheres Bild der ergonomischen Gestaltung von Homeoffice-Arbeitsplätzen in der Schweiz entsteht und Handlungsempfehlungen für eine gute ergonomische Gestaltung spezifischer auf die unterschiedlichen Bedürfnisse kleinerer Betriebe und weiterer Regionen der Schweiz ausgeweitet werden können.

Im Rahmen der Studie wurde keine systematische und vollständige Erhebung der betrieblichen Regelungen oder bestehender Gesamtarbeitsverträge durchgeführt. Bei den betrieblichen Regelungen beschränkte sich die Studie aus praktischen Gründen auf einige wenige zentrale Aspekte und eine vollständige Analyse der Gesamtarbeitsverträge war mangels Verfügbarkeit nicht möglich. Ganz verzichtet wurde zum Beispiel auch auf die Erhebung von Inhalten einzelvertraglicher Regelungen bezüglich mobil-flexibler Arbeit. Auch diesbezüglich könnte in zukünftigen Untersuchungen noch eine Lücke geschlossen werden.

Um Ergonomie im weiteren Sinne umfassend zu beurteilen, wäre eine Ergänzung des Fragenkatalogs mit Arbeitsinhalten bzw. der Funktion notwendig gewesen. Aus Gründen der Akzeptanz der Befragung (Befragungsdauer) wurde darauf verzichtet. Ebenfalls verzichtet wurde für eine höhere Akzeptanz auf die Frage nach der finanziellen Situation der Teilnehmenden, welche eine wichtige Rolle bei der Beschaffung von Mobiliar und bezüglich der Raumsituation im Homeoffice spielt. Ebenso fehlte die Frage nach dem von den Teilnehmenden gewünschten Anteil Arbeit im Homeoffice oder eine Beurteilung der ergonomischen Gestaltung im Betrieb vor Ort vs. im Homeoffice. Antworten dazu erfolgten durch die Teilnehmenden teilweise in den Bemerkungen zur Befragung. Die Erhebung der Situation beim Gesundheitsverhalten war aus Gründen der Befragungsökonomie auf wenige grundlegende Fragen beschränkt. Ein ausführlicher Fragenkatalog würde der Vielschichtigkeit der einzelnen Aspekte in einer zukünftigen Befragung gerecht werden. Wünschenswert wäre zur Beurteilung des Ursache-/Wirkungsprinzips sowie der gesundheitlichen Folgen (und damit der Gewichtung) bestimmter Aspekte auch eine Wiederholung der Befragung.

Die Verteilung von Alter, Geschlecht und Führungsposition in der Stichprobe ist nicht vergleichbar mit der Verteilung bei Erwerbstätigen in der Schweiz, entspricht aber wo nachprüfbar den in der Studie vertretenen

Branchen sowie der Demografie der Personen mit Homeoffice-Möglichkeit innerhalb der Betriebe, die teilgenommen hatten. Offen bleibt die Schaffung einer Datengrundlage, anhand derer die Repräsentativität einer Stichprobe von Erwerbstätigen mit Homeoffice-Tätigkeit eingeschätzt werden kann.

Die Resultate lassen trotz der geäußerten Vorbehalte einen differenzierten Einblick in die ergonomische Gestaltung von Homeoffice-Arbeitsplätzen und in die damit verbundenen psychischen und physischen Risiken in der Schweiz zu. Dies unter anderem, da die Ergebnisse zu denen anderer aktueller Studien aus der Schweiz zur Tätigkeit im Homeoffice passen (BFS, 2024b; Cianferoni, 2023b, 2025; Soltermann & Weichbrodt, 2025). Die Beschwerden am Bewegungsapparat, sowie weitere physische Beschwerden entsprechen im Wesentlichen denjenigen der untersuchten Stichprobe der Schweizerischen Befragung in Büros (Amstutz et al., 2010).

Mit der Ergänzung der schriftlichen Befragung um eine Fotoanalyse konnten zusätzliche Informationen erhoben werden. Einerseits konnten in einigen Fällen mögliche Mängel bei der Selbstbeurteilung der ergonomischen Gestaltung des Homeoffice-Arbeitsplatzes durch Mitarbeitende aufgedeckt werden, zum Beispiel bezüglich Bewegungsraums und Blendung aufgrund der Positionierung des Arbeitsplatzes im Raum. Andererseits hat sich das experimentelle Vorgehen als so praktikabel erwiesen, dass eine Nutzung des Vorgehens durch entsprechend ausgebildete Fachpersonen in den Betrieben zur Evaluation und Beratung für Homeoffice-Arbeitsplätze möglich und sinnvoll erscheint.

Nur wenige Teilnehmende der Studie arbeiteten fast vollständig von zuhause aus. Im Mittel betrug der Anteil Homeoffice-Arbeitszeit 43% des Arbeitspensums bzw. 16 Stunden und liegt damit in einem vergleichbaren Rahmen wie bei anderen Untersuchungen aus der Schweiz (Soltermann & Weichbrodt, 2025). Einen höheren Anteil Stunden im Homeoffice weisen Teilnehmende auf mit einem längeren Arbeitsweg, Teilnehmende, welche vor Ort im Betrieb den Raum mit mehr als fünf Personen teilen, Teilnehmende ohne Führungsposition, Teilnehmende mit einem ergonomisch besser eingerichteten Homeoffice-Arbeitsplatz, mit einem höheren Arbeitspensum und aus Betrieben, welche keine persönliche Vereinbarung für das Arbeiten im Homeoffice voraussetzen. Nur eine kleine Minderheit von 1% der Teilnehmenden konnte zwar vor Ort arbeiten, fand dann aber keinen freien Arbeitsplatz vor.

12% der Teilnehmenden hinterliessen eine Bemerkung in der Befragung. Obwohl, oder weil, keine entsprechende Frage gestellt wurde, nannten viele der Bemerkungen die Vorteile von Homeoffice, welche mit den Ergebnissen aus der Auswertung der Befragung sowie den von den interviewten Schlüsselpersonen erhaltenen Informationen in Einklang standen. Genannt wurden die Zeitersparnis bezüglich Arbeitsweg, bessere Vereinbarkeit von Familie und Beruf, höhere Produktivität, störungsfreie sowie klimatisch und gemäss Einrichtung vorteilhafte Arbeitsumgebung gegenüber vor Ort im Betrieb.

5.2 Arbeitsorganisation, Soziale Beziehungen und Arbeitsaufgabe

Alle teilnehmenden Betriebe verfügten über schriftliche Regelungen zum Thema mobil-flexible Arbeit oder Arbeiten im Homeoffice, welche unter anderem Regelungen zur Arbeitszeiterfassung, zum maximalen Anteil von Homeoffice-Arbeit oder zur Erreichbarkeit enthielten. Dies ist in der Schweiz nicht in allen Betrieben der Fall, welche Mitarbeitende mit Tätigkeit im Homeoffice beschäftigen (Soltermann & Weichbrodt, 2025). Trotzdem besteht auch ein gewisser Handlungsbedarf, da 63% der Teilnehmenden mindestens gelegentlich in ihrer Freizeit arbeiteten, um die Arbeitsanforderungen zu erfüllen und dies bei 28% mehrmals pro Monat oder häufiger zutraf. Zum Vergleich: Bei der Arbeitskräfteerhebung im Jahr 2021 (Staatssekretariat für Wirtschaft SECO, 2023) gaben die Teilnehmenden aus der Schweiz in 36% der Fälle an, in der Freizeit zu arbeiten, um die Arbeitsanforderungen zu erfüllen.

53% der Teilnehmenden arbeiteten mindestens einmal im Monat mehr als zehn Stunden am Tag. Im Schnitt fand dies über alle Teilnehmenden an zwei Tagen pro Monat statt. Damit lagen sie etwa im Rahmen einer früheren Studie (Dorsemagen et al., 2012).

Die genannten Aspekte sowie auch Erreichbarkeit in der Freizeit wiesen einen Zusammenhang zu schlechterem Abschalten nach der Arbeit auf. Dies war wiederum mit häufigerem Stress und häufigeren Gesundheitsbeschwerden verbunden für die betreffenden Personen. Auch wenn die Stichprobe insgesamt keine erhöhten Werte aufwies gegenüber Vergleichsstichproben aus anderen Studien, lohnt es sich, mit klaren Vereinbarungen zur Erreichbarkeit und dem Informieren zu geltenden Gesetzen Personengruppen mit erhöhten Werten (z. B. Führungspersonen) zu einer Verhaltensänderung zu bewegen.

Da alle Mitarbeitenden potenziell überwacht werden könnten bei der Arbeit mit den verbreiteten Kollaborationstools und Büroanwendungen, ist die Beurteilung «trifft zu/trifft eher zu» durch 17% der Teilnehmenden bezüglich dem überwacht sein bei der Arbeit im Homeoffice als eher tief einzuschätzen. Personen, welche sich überwacht *fühlten* oder im Unklaren waren über ihre Gefühle (57% der Stichprobe), zeigten deutlichere Zusammenhänge zu verschiedenen Beschwerden (v.a. Konzentration), schlechterer Gesundheit und Stress. Es ist deshalb angebracht, den Mitarbeitenden Ziel, Art und Grad der digitalen Überwachung möglichst regelmässig und passend zu erläutern, damit weniger Raum für Unsicherheiten bleibt.

Vom Arbeitgeber zur Verfügung gestellte Ressourcen zur Einrichtung des Homeoffice-Arbeitsplatzes wurden ca. in zwei Drittel der Fälle von den Teilnehmenden genutzt. Es zeigten sich keine direkten Zusammenhänge zwischen den vom Betrieb genannten zur Verfügung gestellten finanziellen und materiellen Ressourcen und der Gestaltung der Homeoffice-Arbeitsplätze. Ausserdem berichteten auch Mitarbeitende aus Betrieben ohne offizielle finanzielle und materielle Unterstützung, dass sie Ressourcen erhalten hatten. Dies kann damit zusammenhängen, dass entweder spezifische Bedürfnisse (z. B. gesundheitliche Beeinträchtigungen) dies notwendig machten, oder dass auf Abteilungs- Team- oder individueller Ebene Unterstützung erfolgte, unabhängig von der betrieblichen Vorgabe. Ausserdem wird finanzielle oder materielle Unterstützung nicht unbedingt jährlich benötigt. Im Zusammenhang mit der Covid-19-Pandemie hatten viele Erwerbstätige zum Beispiel bereits Mobiliar und/oder Geräte erhalten, die sie immer noch nutzen können. Es erscheint trotzdem notwendig, dass das Vorgehen zur Unterstützung sowie die Angebote regelmässig geprüft werden, auch auf ihre Bekanntheit bei den Mitarbeitenden, und dass regelmässig dazu kommuniziert wird.

Bei den Fragen zu den Schulungen zeigten sich keine Zusammenhänge mit Gesundheit oder einem gut gestalteten Arbeitsplatz (siehe Abschnitt 4.1.5). Es wussten auch nicht alle Teilnehmenden, dass ihr Betrieb Schulungen zur Verfügung stellt. Hingegen zeigten sich Zusammenhänge zu besser gestalteten Homeoffice-Arbeitsplätzen sowie zu besserer Zufriedenheit mit und weniger Anpassungswünschen für den Homeoffice-Arbeitsplatz bei den Fragen «Ich wurde über die sachgerechte Nutzung des Homeoffice-Arbeitsplatzes aus ergonomischer Sicht informiert» und «Ich erhalte bei Bedarf vom Betrieb fachliche Unterstützung zur ergonomischen Einrichtung meines Homeoffice-Arbeitsplatzes.». Regelmässige Informationen über die Angebote sowie zur Gestaltung der Homeoffice-Arbeitsplätze erscheinen im Rahmen der vorliegenden Studie den höheren Stellenwert zu haben als Schulungsangebote. Schulungen zu Ergonomie, insbesondere im Homeoffice, wurden von den Betrieben teilweise angeboten, waren aber bei keinem der Betriebe Pflicht vor oder während dem Befragungszeitraum. Die Erfahrung der Autorinnen und Autoren zeigt, dass solche Schulungen dann auch nicht stark frequentiert werden. Damit hält sich auch deren Nutzen in Grenzen.

Insgesamt sind die Arbeitsbedingungen der Teilnehmenden überdurchschnittlich gut, z. B. bezüglich des Aussuchens/Änderns von Arbeitstempo und Arbeitsrhythmus (Anteil «oft/immer» 71%). Bei einer Erhebung in der Schweiz 2021 lag dieser Anteil bei 56% (Staatssekretariat für Wirtschaft SECO, 2023).

Nicht nur Mitarbeitende mit Homeoffice-Tätigkeiten profitieren von guter sozialer Gestaltung der Arbeitsbedingungen und Autonomie/Partizipation. Gute soziale Gestaltung stand vor allem in Zusammenhang mit

einer tieferen emotionalen Beanspruchung, während Autonomie und Partizipation in Zusammenhang mit einer geringeren Beanspruchung durch schmerzhaft/ermüdende Körperhaltung und stets gleichen Bewegungsabläufen stand.

15% der Teilnehmenden fühlten sich bei der Arbeit im Homeoffice überwacht, was mit häufigeren Beschwerden und schlechterem Befinden verbunden war. Bei Personen, welche angaben, sie würden überwacht (16%), zeigten sich keine solchen Zusammenhängen. Dieser Wert ist eher tief, angesichts der Tatsache, dass Überwachung bei der Arbeit mit den gängigen verwendeten Applikationen umfassend möglich ist. Die unterschiedliche Auswirkung des Wissens und des Gefühls der Überwachung deutet daraufhin, dass eine adressatengerechte Information zur Überwachung am (Homeoffice-)Arbeitsplatz durch den Betrieb hilfreich sein könnte.

5.3 Arbeitsumgebung/Arbeitsmittel

Insgesamt scheinen sich die ergonomischen Bedingungen am Arbeitsplatz im Homeoffice seit dem abrupten Einschnitt in der Covid-19-Pandemie deutlich verbessert zu haben. Während in einem Review im Jahr 2022 (Wütschert et al., 2022) noch festgestellt wurde, dass Mängel beim Mobiliar (z. B. unzureichende Unterstützung der Rückenlehne für die Wirbelsäule) oder bei den Lichtverhältnissen weit verbreitet waren (siehe auch Chim & Chen, 2023; Davis et al., 2020; Kotowski et al., 2022), zeigt sich neu ein positiveres Bild (Cianferoni, 2023a), insbesondere auch aus der vorliegenden Studie. Nicht untersucht wurde, ob die Antwortenden bereits vor der Covid-19-Pandemie im Homeoffice arbeiteten. Dies könnte relevant sein, da auch berichtet wurde, dass 73% der Personen, die vorgängig bereits im Homeoffice arbeiteten, ihren Arbeitsplatz zu Hause als gut bis sehr gut einschätzten (El Kadri Filho & De Lucca, 2022).

Ein Grossteil der überprüften Aspekte entspricht bei einer Mehrheit der Antwortenden den ergonomischen Anforderungen: 75% arbeiten in einem Raum mit alleiniger resp. gemeinschaftlicher Nutzung, 65% benutzen einen Stuhl mit passender Höhe und Lehne sowie gepolsterter Sitzfläche, 80-95% verfügten über mindestens einen externen Bildschirm, Tastatur, Maus, Headset. Zwischen 86% und 99.7% gaben an, dass die überprüften Aspekte bezüglich Sicht ins Freie, Beleuchtung und Blendung und Blendschutz, Raumklima und Lärm den Anforderungen entsprechen.

85% können allein oder mit gemeinschaftlicher Nutzung in einem separaten Zimmer arbeiten. Allerdings verfügten Personen mit Kindern im gleichen Haushalt tendenziell seltener über ein eigenes Arbeitszimmer zuhause ($r=.092^{***}$).

Die grössten Defizite bei der Gestaltung der Homeoffice-Arbeitsplätze wurden bei der korrekten Platzierung des Arbeitstisches im Raum (genügend Bewegungsraum, Vermeidung von Blendungen) und dem Tisch selbst (Höhenverstellbarkeit, Tiefe der Tischfläche) festgestellt, sowie bei der Nutzung resp. Anpassung des vorhandenen Mobiliars und der Arbeitsmittel an die persönlichen Bedürfnisse. Dabei spielt es keine Rolle, ob finanzielle oder materielle Beiträge vom Betrieb zur Verfügung gestellt werden. Allerdings ist die familiäre Situation von Bedeutung: Personen mit Kindern im gleichen Haushalt verfügten tendenziell seltener über ein eigenes Arbeitszimmer zuhause ($r=.092^{***}$).

Bei der Fotoanalyse entspricht der Bewegungsraum in der Tiefe, d.h. die freie Fläche für Aufstehen / Absitzen und Verschieben des Stuhles in der Tiefe, bei 58% der ergonomischen Anforderung von mindestens 100 cm (33% nicht beurteilbar). Dieser Anteil ist deutlich tiefer als bei der Befragung (96% können «am Arbeitstisch im Homeoffice ungehindert absitzen und aufstehen»).

Der Zusammenhang ($r=.37^{***}$) zwischen der Antwort «Raum ist zu klein für die Aufnahme des gewünschten Fotos» durch die Teilnehmenden der Fotoanalyse, und der (fehlenden) Tiefe des Bewegungsraumes, beurteilt durch eine Fachperson der AEH, bestätigt das Ergebnis der Bildanalyse. Gemäss eigener Erfahrungen

der Autoren mit Homeoffice-Arbeitsplätzen sind diese häufig bezüglich des Bewegungsraumes unzureichend eingerichtet, ohne dass die dort arbeitenden Personen dies bemerken. Es ist deshalb zu vermuten, dass die Selbsteinschätzung eher zu positiv ausfiel. Verbleibende mögliche Erklärungen der Diskrepanz zwischen den Antworten aus der Befragung und den Ergebnissen der Fotoanalyse zum Bewegungsraum sind, dass die Teilnehmenden der Fotoanalyse insgesamt einen geringeren Bewegungsraum als die Gesamtheit der Befragten hatten, oder dass in der Befragung der Bewegungsraum systematisch zu gut eingeschätzt wurde.

Die Positionierung des Arbeitstisches – und entsprechend des Bildschirmes – im Raum im Verhältnis zu den Fenstern hat einen relevanten Einfluss auf eine mögliche Blendungsproblematik. Bei 14% resp. 26% (Befragung resp. Fotoanalyse) ist die Situation nicht den ergonomischen Anforderungen entsprechend. Zu vermuten ist, dass der Raum keine andere Platzierung des Tisches zulässt oder das Wissen bezüglich der entsprechenden ergonomischen Grundsätze nicht vorhanden ist. Letzteres ist wahrscheinlich, da die Anordnung der Arbeitsplätze im Raum in den Betrieben in der Regel durch Fachpersonen und durch die Benutzenden selbst bestimmt wird. Daher wird dieses Wissen den Mitarbeitenden in Schulungen zur Ergonomie nicht vermittelt.

Obwohl bei zwei Dritteln der Teilnehmenden bei der Befragung die Tische nicht in der Höhe verstellbar waren, gaben in der Befragung 94% der Teilnehmenden an, dass ihre Unterarme vom Tisch unterstützt werden. Ob die Tischhöhe tatsächlich korrekt eingestellt ist (oder wenn nicht verstellbar, korrekt ist), ist fraglich. In der Fotoanalyse konnte dieser Punkt zwar wegen dem geringen Umfang an Bildern mit abgebildeten Personen nur in 25% der Fälle beantwortet werden. Auffällig ist jedoch, dass der Anteil an nicht korrekter Höhe mit 17% doppelt so hoch wie mit korrekter Höhe ist (8%). Es ist zu vermuten, dass sich die Teilnehmenden hier nur ungenügend einschätzen können. Unterstützt wird diese Vermutung durch die Tatsache, dass Tische im Wohnbereich oder Esszimmertische oft 75 cm hoch sind, was für die meisten Frauen und viele Männer zu hoch ist.

Wie bei der Tischhöhe bestehen Vorbehalte bezüglich der korrekten Einschätzung der passenden Stuhlhöhe in der Befragung. Wiederum gaben 94% der Teilnehmenden der Befragung an, dass die Stuhlhöhe so sei, dass sie im Sitzen ihre Füße bequem auf den Boden stellen können. Bei der Fotoanalyse waren die Stuhlhöhen bei 12% korrekt, bei praktisch gleich vielen Personen (10%) nicht korrekt. Bei 77% der Datensätze aus dem Foto-Upload war eine Auswertung nicht möglich, da keine Person auf dem Foto abgebildet war.

Klassische Methoden der Überprüfung des Standes der Umsetzung des Gesundheitsschutzes bezüglich Ergonomie im Homeoffice durch die Verantwortlichen für den Gesundheitsschutz kollidieren mit dem Schutz der Privatsphäre, da die Arbeit zu Hause stattfindet. Eine Selbstüberprüfung durch die Mitarbeitenden kann mittels Checkliste erfolgen. Diese Selbstüberprüfung unterliegt jedoch Einschränkungen insbesondere beim Bewegungsraum, bei passender Sitz- sowie Arbeitshöhe und Blendung, wie die Ergebnisse dieser Studie aufzeigen. Betriebe sollten daher zusätzlich ergänzende Vorgehensweisen nutzen, um ihre Verantwortung im Gesundheitsschutz wahrzunehmen. Nach Wissen der Autoren sind dazu bisher keine frei zugänglichen alternativen Methoden vorhanden.

Es sollten daher geeignete Verfahren und Unterlagen erarbeitet und den Betrieben zur Verfügung gestellt werden. Diese Verfahren sollten einerseits die Privatsphäre der Mitarbeitenden schützen, andererseits fachgerecht umgesetzt werden. Eine Möglichkeit wäre zum Beispiel, die Erfahrungen und erarbeiteten Arbeitsmittel der Fotoanalyse dieser Studie zu nutzen und an die Bedürfnisse der Betriebe anzupassen. In dieser Studie sowie in weiteren Studien (Davis et al., 2020; Diesbourg et al., 2024) wurde aufgezeigt, dass dieses Vorgehen in der Praxis umsetzbar ist.

Ein leichter Zusammenhang wurde zwischen Augenbeschwerden und der Höhe des Bildschirms im Homeoffice festgestellt: Bei der Gruppe, die die Frage «Ist der obere Bildschirmrand auf Augenhöhe oder leicht darunter?» mit «nein» beantwortete, traten tendenziell häufiger Augenbeschwerden auf. Wenn der

Bildschirm zu hoch eingestellt ist, geht der Blick geradeaus oder nach oben und die Augen sind weiter geöffnet als durch einen Blick, der leicht nach unten geht. Dies kann dazu führen, dass die Augen stärker austrocknen.

Es gaben nur 21% der Teilnehmenden an, dass der Betrieb Schulungen zum Homeoffice anbietet. Aus Sicht der Autoren besteht ein Bedarf an spezifisch auf das Homeoffice ausgerichteten Schulungen der Mitarbeitenden. Dass entsprechende Schulungen einen positiven Effekt haben auf Wissen, Verhalten und auch Beschwerden, konnte in Studien aufgezeigt werden (z. B. Harrington & Walkers, 2004).

In verschiedenen Studien zeigen sich Zusammenhänge zwischen einem schlecht gestalteten Homeoffice und unterschiedlichen Gesundheitsproblematiken (Black & St-Onge, 2022; Chan et al., 2023; Cruz-Ausejo et al., 2023; Du, Iwakiri, Sotoyama, & Tokizawa, 2022; Garcia et al., 2022; Holzgreve et al., 2022; Kotowski et al., 2022; Wütschert et al., 2022; Xu et al., 2022).

In dieser Studie konnten keine direkten Zusammenhänge zwischen einem schlecht gestalteten Homeoffice und der Gesundheit nachgewiesen werden, da es kaum Personen mit einem durchgängig schlecht gestalteten Homeoffice-Arbeitsplatz gab. Arbeiten im Homeoffice an sich stellt kein Gesundheitsrisiko dar. Heiniger und Höglinger (2023) gaben zum Beispiel bekannt, dass «Die befürchteten negativen Effekte des intensivierte Homeoffice auf den physischen und psychischen Gesundheitszustand der Angestellten [...] sich nicht bzw. nicht in grösserem Ausmass feststellen» lassen.

Einer der Gründe könnte das in dieser Studie verbreitete hohe Niveau der ergonomischen Gestaltung des Arbeitsplatzes sein: Die Mehrheit der Teilnehmenden konnte im Homeoffice einen Bürodrehstuhl nutzen. Externer Bildschirm, Tastatur, Maus und Headset waren bei fast allen Teilnehmenden vorhanden. Ein weiterer Grund könnte sein, dass Personen mit Gesundheitsproblemen bzw. Beschwerden am Bewegungsapparat ihre Situation bereits selbstständig oder mit Hilfe des Betriebs optimiert hatten mit einem entsprechenden positiven Effekt.

Hingegen stellt ein ergonomisch gut gestaltetes Homeoffice eine Ressource dar. Die Teilnehmenden, welche über diese Ressource verfügten, mussten weniger oft in schmerzhaften oder ermüdenden Körperhaltungen arbeiten, hatten weniger Augenbeschwerden, berichteten weniger über psychische Ermüdung und das psychische Wohlbefinden war besser. Es zeigte sich also ein positiver Zusammenhang zwischen einem ergonomisch gestalteten Homeoffice-Arbeitsplatz und physischer sowie psychischer Gesundheit. Bei der Teilstichprobe, welche mehr als 20 Stunden pro Woche im Homeoffice arbeitete, gab es zwischen der guten ergonomischen Gestaltung und dem Gesundheitszustand einen positiven Zusammenhang ($r=.14^{***}$), welcher in der Gesamtstichprobe nicht ersichtlich war. Gerade Mitarbeitende mit einer höheren Anzahl Stunden Tätigkeit im Homeoffice profitieren also von einer guten Gestaltung und sollten entsprechend dafür sensibilisiert und bei der Einrichtung unterstützt werden.

5.4 Beanspruchung

Mit einem Anteil von 87% bei den Antworten «gut/sehr gut» befindet sich die Stichprobe der vorliegenden Untersuchung bezüglich des Gesundheitszustands auf einem ähnlichen Niveau wie die Erwerbstätigen im Rahmen der Schweizerischen Gesundheitsbefragung (BFS, 2024b).

Beschwerden am Bewegungsapparat treten häufig auf. Schwerpunkte sind typischerweise Nacken, Schultern und der untere Rücken. Die Ausprägungen in dieser Befragung entsprechen im Wesentlichen denjenigen der SBiB Studie (Amstutz et al., 2010), einer Befragung von Mitarbeitenden mit Bürotätigkeit in der Schweiz. 20% der Teilnehmenden, gegenüber 23% bei der SBiB Studie, gaben an, mehr als 30 Tage in den letzten 12 Monaten oder täglich an Nackenbeschwerden zu leiden, 17% resp. 19% an Schulterbeschwerden, je 14% an Beschwerden im unteren Kreuz. Auch die weiteren physischen Beschwerden, insbesondere

Kopfschmerzen, Augenbeschwerden und Verdauungsbeschwerden, zeigten gleiche Ausprägungen wie in der SBiB-Studie.

Bezüglich des Stressempfindens sind die Werte mit den Ergebnissen der Schweizerischen Gesundheitsbefragung vergleichbar (BFS, 2024a), die Werte zur Beanspruchung durch stets gleiche Hand-/Armbewegungen oder schmerzhafte Körperhaltung mit den Ergebnissen der Studie SBiB (Amstutz et al., 2010).

Dass eine gut gestaltete Arbeit³ sowie gute soziale Beziehungen einen positiven Effekt haben, konnte auch in dieser Studie aufgezeigt werden. Personen aus den beiden Gruppenvariablen «Gut gestaltete soziale Arbeitsbedingungen» sowie «Gut gestaltete Arbeitsorganisation (Autonomie und Partizipation)» sowie mit sinnvoller Tätigkeit hatten seltener Beschwerden, konnten besser abschalten nach der Arbeit, arbeiteten seltener in der Freizeit, erlebten die Arbeit als weniger emotional belastend, sorgten sich weniger, verfügten über einen besseren Gesundheitszustand, über ein besseres psychisches Wohlbefinden und berichteten über weniger häufigen Stress in den vergangenen 12 Monaten. Hier muss insbesondere ein Augenmerk auf die jüngste Alterskategorie gelegt werden. 15-24jährige zeigten sich in dieser Untersuchung vulnerabel, insofern, als bei ihnen bei verschiedenen Aspekten der Unterstützung zur Arbeit im Homeoffice und Arbeitsgestaltung engere Zusammenhänge zur Gesundheit vorhanden waren als bei den anderen Alterskategorien.

32% der Teilnehmenden gaben an, sich manchmal bis sehr häufig einsam zu fühlen, 4% häufig oder sehr häufig. Die jüngste Alterskategorie gab am häufigsten an, sich manchmal bis sehr häufig einsam zu fühlen. Es zeigte sich hier ein leichter Zusammenhang zu reduzierter Einsamkeit mit steigendem Zeitanteil, der im Homeoffice verbracht wird ($r = -.10^{***}$). Bessere soziale Gestaltung der Arbeit und das Einhalten langer Pausen waren in dieser Altersgruppe verbunden mit geringerer Einsamkeit. Einen stützenden Faktor gegen Einsamkeit stellen für alle Teilnehmenden minderjährige Personen im gleichen Haushalt dar. Dies dürfte jedoch generell für weitere Personen im gleichen Haushalt gelten.

5.5 Gesundheitsverhalten

Regelmässige Kurzpausen führen gemäss Untersuchungen zu seltenerem Auftreten von Kopfschmerzen und Ermüdung sowie besserem Abschalten nach der Arbeit und weniger Schlafproblemen (Cropley et al., 2023). In der vorliegenden Studie zeigten sich keine direkten Zusammenhänge zwischen Kurzpausen oder längeren Pausen auf Beschwerden oder Gesundheitszustand, aber bezüglich «Abschalten können nach der Arbeit». Zudem zeigte sich ein leichter Zusammenhang zu weniger Präsentismus und geringerer Beanspruchung durch schmerzhafte und/oder ermüdende Körperhaltungen. Darunter kann auch langes Stehen oder Sitzen fallen bei der Tätigkeit im Homeoffice.

Präsentismus ist im Vergleich zu anderen Untersuchungen bei Erwerbstätigen aus der Schweiz deutlich ausgeprägter (Fischer, 2024; Gerlach et al., 2024), nicht jedoch gegenüber Erwerbstätigen mit Tätigkeit im Homeoffice (Utz et al., 2022). 80% der Teilnehmenden gaben an, mindestens einmal krank gearbeitet zu haben in den letzten 12 Monaten, 20% gaben an, dies nie zu tun oder sich nicht krank gefühlt zu haben, 32% der Stichprobe hatten dreimal oder häufiger krank gearbeitet. Die Tätigkeit im Homeoffice bietet sowohl Personen mit chronischen Erkrankungen wie auch Personen mit akuten Erkrankungen und anderen gesundheitlichen Problemen einen niederschweligen Zugang zur Arbeitstätigkeit, da der Arbeitsweg entfällt und Rückzugsmöglichkeiten verfügbar sind. Arbeiten mit gesundheitlichen Problemen beinhaltet jedoch das

³ Details zu den Gruppenvariablen «Gut gestaltete Arbeitsorganisation, «Gut gestaltete soziale Arbeitsbedingungen» und «Gut eingerichtete Homeoffice-Arbeitsplätze» sind in Anhang A-8 ersichtlich.

Risiko einer längeren Dauer bis zur Genesung und dem Auftreten weiterer Gesundheitsprobleme (Kinman, 2019).

Wie in anderen Studien (Gerlach et al., 2024; Utz et al., 2022) steht Präsentismus in Zusammenhang mit verschiedenen gesundheitlichen Beschwerden, insbesondere mit Kopfschmerzen, und bezüglich der Arbeitsgestaltung mit schlechterer sozialer Gestaltung, geringerer Autonomie und weniger Partizipation. Eine Massnahme zur Reduktion von Präsentismus umfasst die Sensibilisierung bezüglich der Schädlichkeit des Verhaltens sowie zur Vorbildfunktion bezüglich des eigenen Präsentismus-Verhaltens bei Führungspersonen (Golz et al., 2024). Aufgrund der Zusammenhänge von Präsentismus zu vielen Aspekten der Arbeitsgestaltung empfiehlt sich zudem zur Prävention und zur Reduktion des Präsentismus, die Arbeitsgestaltung zu optimieren, dabei besonders die soziale Gestaltung. Mitarbeitende sollten darauf hingewiesen werden, dass die Möglichkeit zur Arbeit im Homeoffice während akuten Erkrankungen nur insofern genutzt werden soll, als dass die Genesung dadurch nicht gefährdet wird. Schulungen auf Ebene Mitarbeitende zeigten eine geringe Wirkung (Golz et al., 2023).

Bewegung kommt in vielen Fällen bei der Arbeitstätigkeit im Homeoffice zu kurz, da unter anderem der Arbeitsweg wegfällt. Entsprechend berichtete ein grösserer Teil der Teilnehmenden, dass die Tätigkeit im Homeoffice eher zu reduzierter Bewegung (36%) führt als zu vermehrter Bewegung (30%). Gesundheitliche Risiken drohen dadurch vor allem der Teilstichprobe, welche angab, sowohl weniger Bewegung zu haben wie auch weniger ausgewogene Ernährung zu sich zu nehmen an Arbeitstagen im Homeoffice. Diese Teilstichprobe hatte häufiger Mühe, nach der Arbeit im Homeoffice abzuschalten. Es kann sich also lohnen, im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung das Gesundheitsverhalten im Homeoffice zu thematisieren und auch speziell dieser Zielgruppe Anregungen und Hilfestellungen für die Abgrenzung von Berufs- und Privatleben zu geben sowie zur Verbesserung des Gesundheitsverhaltens.

11% der Teilnehmenden gaben an, vermehrt Social Media/Gaming/Streaming zu nutzen bei Tätigkeit im Homeoffice. Gegenüber der Teilstichprobe mit gleichbleibender oder seltenerer Nutzung berichteten sie tendenziell häufiger über Einsamkeit. Unklar sind hier Ursache und Wirkung. Es könnte jedoch hilfreich sein, im Zusammenhang mit Tätigkeiten im Homeoffice mit den Mitarbeitenden das Thema soziale Beziehungen und deren Förderung aufzunehmen.

Beim Tabakkonsum wurde an Arbeitstagen im Homeoffice tendenziell mehr konsumiert (5% mehr Konsum, 3% weniger Konsum, 18% keine Veränderung). Ein Anteil von 26% an Personen mit Tabakkonsum entspricht ca. dem Anteil der Bevölkerung mit Tabakkonsum in der Schweiz (Bundesamt für Statistik, 2023). Bezüglich dem Aspekt Geld-/Glücksspiele können aufgrund der sehr kleinen Stichprobengrössen keine vertieften Aussagen gemacht werden.

6 Fazit

Insgesamt 2'855 Personen aus 13 Betrieben trugen dazu bei, eine umfangreiche Datenbasis zu Arbeitsgestaltung (inklusive Ergonomie, soziale und organisatorische Aspekte), individuellen Voraussetzungen, kurzfristiger Beanspruchung und Beanspruchungsfolgen bei Erwerbstätigen mit Homeoffice-Tätigkeit in der Schweiz zu schaffen, indem sie die Befragung mit knapp 200 Fragen vollständig beantworteten. Die Datenbasis umfasst ebenfalls Fotos der Homeoffice-Arbeitsplätze, welche von 11% der Befragten eingereicht wurden. Mit 144 ausgewählten Fotosätzen konnten etwas mehr als die geplanten 120 Homeoffice-Arbeitsplätze durch Fachpersonen analysiert werden. Ergänzend lieferten die Betriebe sowie Interviewpartner und Interviewpartnerinnen wertvolle Zusatzinformationen zu den Rahmenbedingungen und Brennpunkten der Arbeit im Homeoffice.

Die Stichprobe der Befragten entsprach trotz heterogenem Rücklauf – welcher der Art der Aufforderung zur Teilnahme geschuldet war – der Realität bezüglich der Demografie bei den befragten Betrieben. Dabei handelte es sich grösstenteils um mittlere und grosse Betriebe aus der Deutschschweiz, teilweise mit gesamtschweizerischer Tätigkeit, sowie einen Betrieb aus der Westschweiz. Nicht in der ganzen Vielfalt abgedeckt werden konnten die Branchen (sieben wurden erfasst) und Klein- und Kleinstbetriebe fehlten praktisch vollständig. Letzteres war auch der Logistik der Erhebung geschuldet. Ebenfalls fehlten grösstenteils Teilnehmende aus dem Tessin und auch Teilnehmende aus der Westschweiz waren untervertreten. Bezüglich Gesundheit und Beschwerden zeigte sich ein vergleichbares Bild wie bei Erwerbstätigen in der Schweiz und bei der ergonomischen Gestaltung auch ein ähnliches Bild wie in anderen Erhebungen zum Thema Homeoffice. Aus diesem Grund darf davon ausgegangen werden, dass die Stichprobe kein stark verzerrtes Bild der Realität darstellt.

Eine Analyse frei verfügbarer GAV (Gesamtarbeitsverträge) zeigte, dass die Tätigkeit im Homeoffice durch diese nur rudimentär behandelt wird, falls überhaupt. Dazu muss angemerkt werden, dass die meisten frei verfügbaren GAV sich auf handwerkliche Berufe sowie den Detailhandel beziehen. Das sind Branchen, in denen die Möglichkeit, von zuhause aus zu arbeiten, seltener gegeben ist. Verbände und Sozialpartner stellen jedoch in einigen Fällen (nicht verbindliche) Musterreglemente oder Beispiele für Weisungen zum Thema mobil-flexible Arbeit zur Verfügung. Die Regelungen zur Tätigkeit im Homeoffice finden sich deshalb vorwiegend in Betriebsreglementen und betrieblichen Weisungen sowie in individuellen Vereinbarungen (zum Beispiel Einzelarbeitsverträge).

Die Resultate der Studie erlauben einen differenzierten Einblick in die ergonomische Gestaltung von Homeoffice-Arbeitsplätzen und in die damit verbundenen psychischen und physischen Risiken in der Schweiz. Sie liefern auch wertvolle Hinweise zur Gestaltung der Tätigkeit. Es konnten Potenziale und Handlungsfelder aufgedeckt und Handlungsempfehlungen abgeleitet werden.

Die Homeoffice-Arbeitsplätze der Teilnehmenden aus der Studie verfügten zu einem grossen Teil über eine gute ergonomische Gestaltung: Zwei Drittel der Teilnehmenden stand ein eigener Raum für die Tätigkeit im Homeoffice zur Verfügung. Ebenfalls zwei Drittel verfügten über einen Bürodrehstuhl. Externe Bildschirme, Tastatur, Maus und Headset waren in der Regel vorhanden. Entsprechend waren 90% der Teilnehmenden zufrieden oder sehr zufrieden mit ihrem Arbeitsplatz im Homeoffice, wobei nur 35% der Arbeitsplätze die zehn wichtigsten Kriterien ergonomisch guter Gestaltung erfüllten – dem gegenüber gab es keinen Arbeitsplatz, der keines der Kriterien erfüllte. Es kann nicht davon ausgegangen werden, dass die Situation bei allen Homeoffice-Arbeitsplätzen der Schweiz gleich aussieht.

Defizite in der ergonomischen Gestaltung zeigten sich in der Fotoanalyse bei der Platzierung des Arbeitsplatzes im Raum (Blendung aufgrund ungünstiger Positionierung gegenüber Fenstern) sowie bei der effektiven Anpassung von Tisch und Stuhl an die eigenen Körpermasse. Zum Beispiel waren nur in ca. der Hälfte der beurteilbaren Fälle aus der Fotoanalyse der Stuhl und der Tisch korrekt angepasst. Dem gegenüber antworteten in der Befragung 65%, dass der Stuhl den Anforderungen bezüglich Sitzhöhe, Rückenlehne und Polsterung entspricht. Nur ein Drittel der Teilnehmenden gab an, über einen höhenverstellbaren Tisch zu verfügen. Da gängige Tische höher sind, als es Frauen mit durchschnittlichen Körpermassen und auch viele Männer benötigen, ist zu erwarten, dass viele nicht an einem Tisch mit optimaler Höhe arbeiteten.

Auch bei weiteren Aspekten der Ergonomie, die sowohl mittels Befragung wie Fotoanalyse überprüft wurden, bestanden Diskrepanzen. Z. B. entsprach der Bewegungsraum in der Tiefe, d.h. die freie Fläche für Aufstehen/Absitzen und Verschieben des Stuhles in der Tiefe, in der Fotoanalyse bei 58% der ergonomischen Anforderung, bei der Befragung jedoch zu 96%.

Klassische Methoden der Überprüfung des Standes der Umsetzung des Gesundheitsschutzes bezüglich Ergonomie durch die Verantwortlichen für den Gesundheitsschutz kollidieren mit dem Schutz der Privatsphäre im Fall von Homeoffice, da die Arbeit zu Hause stattfindet. Hier besitzt der Betrieb kein Besuchsrecht. Eine Selbstüberprüfung durch die Mitarbeitenden kann mittels Checkliste erfolgen. Diese Selbstüberprüfung unterliegt jedoch in einigen Punkten einer positiven Verzerrung, wie die Ergebnisse dieser Studie aufzeigen. Betriebe sollten daher zusätzlich ergänzende Vorgehensweisen nutzen, um ihre Verantwortung im Gesundheitsschutz gegenüber Erwerbstätigen mit Tätigkeit im Homeoffice wahrnehmen zu können. Nach Wissen der Autorinnen und Autoren sind dazu bisher keine frei zugänglichen alternativen Methoden vorhanden. Mit der Fotoanalyse, sowie der verwendeten Beurteilungsmatrix (siehe A-9.3) und des Auswertungsrasters (siehe A-9.4) stellt diese Studie Grundlagen für eine alternative Methode zur Verfügung, welche durch Fachpersonen so aufgearbeitet werden können, dass sie im betrieblichen Alltag einsetzbar sind. In dieser Studie sowie in der Studie von Davis (Davis et al., 2020) wurde aufgezeigt, dass ein solches Vorgehen in der Praxis umsetzbar ist.

Alle teilnehmenden Betriebe meldeten, dass bei ihnen Regelungen zur Tätigkeit im Homeoffice vorhanden sind und stellten diese oder Auszüge davon zur Verfügung. Im Rahmen der Studie zeigten sich keine Zusammenhänge zu den von den Betrieben gemeldeten Inhalten ihrer Regelungen zur Tätigkeit im Homeoffice und der ergonomischen Gestaltung, dem Befinden und weiterer untersuchter Aspekte. Ein Grund dafür dürfte sein, dass ein Teil der Teilnehmenden (12%) nicht wusste, dass es betriebliche Regelungen gibt.

43% der Teilnehmenden arbeiteten in einem Betrieb, welcher angab, finanzielle oder materielle Ressourcen für die Einrichtung im Homeoffice zur Verfügung zu stellen. Dies konnte von der Abgabe alter Möbel bis hin zu regelmässigem Pauschalbetrag reichen. Es zeigten sich wider Erwarten keine Zusammenhänge zur besseren ergonomischen Gestaltung und zur Verfügung gestellter Ressourcen. Ein Grund dafür könnte sein, dass ein Betrieb zwar aktuell keine Ressourcen zur Verfügung stellt, diese aber zum Beispiel vor oder während der Homeoffice-Pflicht bei der Covid-19-Pandemie gestellt hatte und diese seit da genutzt werden.

21% der Teilnehmenden gaben an, dass ihr Betrieb Schulungen zum Thema Homeoffice anbietet, obwohl die Betriebe meldeten, dass sogar ca. der Hälfte der Teilnehmenden Schulungen zur Verfügung stehen würden. Hier ist eine Lücke ersichtlich zwischen dem Angebot an Schulung und der Wahrnehmung durch die Mitarbeitenden. Das gemeldete Angebot zeigte denn auch keinen Effekt hinsichtlich weiterer untersuchter Aspekte der Gestaltung oder des Befindens.

Dem gegenüber war ein positiver Zusammenhang zwischen dem durch die Mitarbeitenden wahrgenommenen Unterstützungsangebot und der ergonomischen Gestaltung ihrer Homeoffice-Arbeitsplätze vorhanden. Kennen die Mitarbeitenden das Angebot und haben es genutzt, dann hat das Angebot also durchaus eine

positive Wirkung. Betriebe sollten deshalb ein Augenmerk darauf richten, die Lücke zwischen der theoretischen Verfügbarkeit eines Angebots und dessen praktischer Nutzung zu schliessen.

Es wurden Zusammenhänge zwischen ergonomischer Arbeitsplatzgestaltung und dem gesundheitlichen Befinden der Teilnehmenden festgestellt: Ergonomisch gut gestaltete Homeoffice-Arbeitsplätze zeigten insbesondere bei Mitarbeitenden mit einem höheren Pensum im Homeoffice einen Zusammenhang mit besserer allgemeiner Gesundheit. Ein Stuhl, der in der Höhe anpassbar ist, über eine geeignete Polsterung und Rückenlehne verfügt (in 91% der Fälle war dies ein Bürodrehstuhl) war verbunden mit einer weniger ungünstigen Körperhaltung. Ein in der Höhe nicht optimal eingestellter Bildschirm war verbunden mit vermehrten Augenproblemen. Anpassungswünsche der Teilnehmenden betrafen vor allem den Tisch (höhenverstellbar; 33%), den Stuhl (22%), sowie den Bildschirm (13%).

Weitere relevante Einflussfaktoren auf die Gesundheit wiesen im Rahmen dieser Studie gut gestaltete soziale Beziehungen (Austausch, Kommunikation, wenig Konflikte) und organisatorische Bedingungen (Autonomie und Partizipation), betriebliche Unterstützung bei der Einrichtung des Homeoffice-Arbeitsplatzes sowie vorhandene Unterstützungs- und Informationsangebote auf. Diese zeigten sich als besonders gesundheitsrelevant für die Personengruppe der jüngeren Mitarbeitenden, unabhängig von der Häufigkeit der Tätigkeit im Homeoffice.

Eine aus gesundheitlichen Gründen kritisch zu betrachtende Verhaltensweise ist Präsentismus. Dieser trat bei den Teilnehmenden häufig auf, wie auch in anderen Untersuchungen zu Personen mit Tätigkeit im Homeoffice nachgewiesen wurde. Um das Verhalten zu verbessern, zeigten Schulungen bzw. E-Learnings eine geringe Wirkung. Da ein Einfluss der guten sozialen Gestaltung auf Präsentismus vorhanden ist und im allgemeinen Führungspersonen mehr Präsentismus aufweisen (nicht jedoch im Rahmen dieser Studie), empfiehlt es sich, insbesondere in die Sensibilisierung der Führungspersonen zu investieren, einerseits zu den schädlichen Auswirkungen von Präsentismus, andererseits auch zur eigenen Vorbildfunktion.

Das Gefühl von technischer Überwachung bei der Tätigkeit im Homeoffice bzw. Unsicherheit darüber, geht im Rahmen dieser Studie einher mit einem schlechteren Gesundheitszustand ($r=.11$) und mehr psychischen Beschwerden (Ermüdung: $r=-.16^{***}$; schlechteres Wohlbefinden: $r=-.15^{***}$). Ausserdem berichteten die Betroffenen auch darüber, seltener über notwendige Informationen zur Arbeit im Homeoffice zu verfügen ($r=-.14^{***}$). Zum Wissen, überwacht zu werden, zeigen sich hingegen im Rahmen dieser Studie keine solchen Zusammenhänge. Es melden aber 46% der Teilnehmenden, dass sie nicht wissen, ob sie überwacht werden. Von einer adressatengerechten Kommunikation zur vom Betrieb durchgeführten Überwachung (Ziel, Form, Häufigkeit) an die Mitarbeitenden könnten Personen mit Befürchtungen profitieren.

Es wurden einige Defizite bei der ergonomischen Gestaltung der Homeoffice Arbeitsplätze identifiziert. Zudem bestehen Diskrepanzen zwischen der Selbsteinschätzung der Befragten und der Beurteilung der Arbeitsplätze durch Ergonomie-Fachpersonen anhand von Fotos sowie zwischen im Betrieb vorhandenen und von den Teilnehmenden wahrgenommenen Regelungen, Schulungen und Unterstützungsangeboten. Entsprechende Handlungsempfehlungen werden im nächsten Kapitel vorgestellt.

7 Handlungsempfehlungen

Eine weitere Vorgabe an die vorliegende Studie umfasste die Formulierung von Handlungsempfehlungen zur Verbesserung der ergonomischen Gestaltung von Homeoffice-Arbeitsplätzen bei Erwerbstätigen in der Schweiz, welche sich an unterschiedliche Agierende richten können. Die Empfehlungen wurden aufgrund der Ergebnisse der Befragung und Fotoanalyse, unter Einbezug der Informationen aus den Interviews mit Schlüsselpersonen aus Betrieben und Verbänden, sowie im Austausch zwischen den Fachpersonen der AEH und mit den Auftraggebenden erarbeitet.

Handlungsfeld 1: Verwendung von Fotos zur Analyse der Homeoffice-Situation

Um Mängel der ergonomischen Gestaltung von Homeoffice-Arbeitsplätzen erkennen und beheben zu können, muss Akteurinnen und Akteuren die ergonomische Gestaltung der Homeoffice-Arbeitsplätze bekannt sein.

- Die im Rahmen der Studie verwendete Fotoanalyse kann als Instrument genutzt werden, um die wichtigsten Aspekte der ergonomischen Gestaltung von Homeoffice-Arbeitsplätzen sowie deren Mängel zu erfassen. Auf Grund der positiven Erfahrungen bei der Anwendung in der Studie wird der Einsatz einer Fotoanalyse Betrieben empfohlen, welche eine umfassendere Kenntnis der Gestaltung der Homeoffice-Arbeitsplätze ihrer Mitarbeitenden erhalten wollen, um den Gesundheitsschutz auch bei Tätigkeiten im Homeoffice gezielt umsetzen zu können.
- Die Fachpersonen, welche eine Analyse mittels Fotos vornehmen möchten, sollten über Wissen zur ergonomischen Gestaltung von Arbeitsplätzen sowie zur Analyse der Fotos verfügen.
- Da nicht alle Aspekte guter ergonomischer Gestaltung mittels Fotos beurteilt werden können, hilft zur umfassenden Beurteilung der Situation im Homeoffice als Ergänzung eine Checkliste, welche durch Mitarbeitende selbst ausgefüllt werden kann. Diese sollte vor allem auch Aspekte abdecken, welche auf Fotos nicht erkennbar sind: Belastungen durch Lärm, Vorhandensein heller und blendfreier Beleuchtung, Positionierung des Arbeitstisches im Raum (Bewegungsraum und Blendung), Oberflächenbeschaffenheit der Arbeitstische.
- Bestehende, frei verfügbare Checklisten können von Mitarbeitenden zu diesem Zweck genutzt werden. Es empfiehlt sich jedoch, bestehende Checklisten zu überprüfen auf Vollständigkeit und falls notwendig eine Ergänzung mit den vorgenannten Aspekten vorzunehmen. Überprüfung und Ergänzung können durch die Herausgeberinnen und Herausgeber der Checklisten erfolgen, durch Verbände oder durch Fachpersonen in den Betrieben selbst.
- Die Checklisten müssen nicht zwingend nur Aspekte ergonomischer Gestaltung abfragen, welche bei der Fotoanalyse nicht geprüft werden. Eine Prüfung desselben Aspektes durch Mitarbeitende selbst und die Fachperson (z. B. Abstand/Höhe Bildschirm, Stuhlhöhe) kann dazu führen, dass allenfalls mangelhaftes Wissen seitens Mitarbeitende aufgedeckt und behoben werden kann.
- Zu beachten sind beim Umgang mit Fotos aus der privaten Umgebung von Mitarbeitenden der Persönlichkeitsschutz sowie der Datenschutz. Unter anderem dürfen ohne Zustimmung der Mitarbeitenden keine Fotos erhoben oder für eine Analyse verwendet werden und es muss auf eine datenschutzkonforme Aufbewahrung (inkl. Vernichtung bei Bedarf) geachtet werden.

Handlungsfeld 2: Vulnerable Personengruppen schützen und unterstützen

In der Studie wurden vulnerable Personengruppen identifiziert, welche stärker von guter sozialer und ergonomischer Gestaltung der Arbeitsplätze abhängig sind als andere. Diese gilt es durch geeignete Massnahmen besonders zu schützen oder zu unterstützen.

- Jüngere Mitarbeitende (Alterskategorie 16-24 Jahre) profitieren bezüglich Gesundheit stärker von individueller Unterstützung bei der Einrichtung ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes. Insbesondere wenn sie über eine längere wöchentliche Zeitdauer am Homeoffice-Arbeitsplatz tätig sind, sollte ihnen gezielt fachliche Unterstützung bei der Gestaltung ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes angeboten werden. Die Unterstützung könnte bei Lernenden auch über die Berufsschule oder Berufsbildner und Berufsbildnerinnen erfolgen.
- Da in der Alterskategorie 16-24 Jahre die soziale Gestaltung der Arbeit sowie das Stressempfinden einen stärkeren Zusammenhang aufweisen zur Gesundheit als bei den anderen Alterskategorien und auch Einsamkeit verbreiteter auftritt, ist es zentral, vor allem mit dieser Altersgruppe regelmässig die soziale Gestaltung der Arbeit sowie Stress zu thematisieren, um bei Bedarf Massnahmen zur Verbesserung umsetzen zu können und so negative Gesundheitsfolgen abzuwenden. Unterstützend kann hierbei der Aufbau interner Netzwerke sein.
- Ergonomisch gut gestaltete Arbeitsplätze im Homeoffice stehen in Zusammenhang mit besserer Gesundheit bei Teilnehmenden, welche einen grossen Teil ihrer Arbeitstätigkeit im Homeoffice ausüben. Aus diesem Grund sollte insbesondere diese Personengruppe zu einem ergonomisch gut eingerichteten Homeoffice-Arbeitsplatz informiert und bei dessen Einrichtung unterstützt werden – bei Bedarf auch finanziell oder materiell. Über allfällige Beteiligungsanteile von Betrieb und Mitarbeitenden sollten gemeinsam Lösungen vereinbart werden.
- Führungspersonen sind der Dreh- und Angelpunkt für gelingende Unterstützung. Diese müssen über die Erkenntnisse zu den vulnerablen Personengruppen informiert werden, damit sie diese gezielt unterstützen können. Zusätzlich ist auch eine Sensibilisierung zu ihrer eigenen Vorbildfunktion bezüglich Präsentismus, Arbeiten in der Freizeit, lange Arbeitstage und Nacht-/Sonntagsarbeit notwendig.
- Bei Evidenz, dass ein häufig genutzter Homeoffice-Arbeitsplatz eine mangelhafte ergonomische Gestaltung aufweist, sollten Mitarbeitenden geeignete Arbeitsplätze durch den Betrieb zugewiesen werden können. Entsprechend muss die Arbeitsplatzsituation im Betrieb eine geeignete Gestaltung aufweisen und die betrieblichen Regelungen, Weisungen oder individuellen Vereinbarungen müssen so ausgestaltet sein, dass sie die Zuweisung an einen geeigneten Arbeitsplatz ermöglichen.

Handlungsfeld 3: Effiziente und konsequente Anleitungen, Schulungen und Instruktion

Die Studie zeigt auf, dass das Wissen bei Personen mit Tätigkeit im Homeoffice zur ergonomischen Gestaltung ihres Arbeitsplatzes und zur Überwachung am Arbeitsplatz mittels digitaler Technologie mangelhaft ist. Um hier bestehende Lücken zu schliessen, sollten die folgenden Empfehlungen berücksichtigt werden.

- Aus der Befragung war ersichtlich, dass nicht alle Mitarbeitenden die bestehenden Regelungen zur Arbeit im Homeoffice sowie diesbezügliche Schulungs- und Unterstützungsangebote in ihrem Betrieb kannten. Damit die Regelungen bekannt sind und Schulungsangebote und weitere zur

Verfügung stehende Hilfsmittel genutzt werden, ist eine gezielte und regelmässige Information der Mitarbeitenden notwendig.

- Ebenso war vor allem in der Fotoanalyse sichtbar, dass das Wissen um korrekte Einstellungen des Homeoffice-Arbeitsplatzes nicht vollständig ist. Checklisten und Informationen sind geeignete Instrumente zur Unterstützung bei der ergonomischen Gestaltung der Homeoffice-Arbeitsplätze. Schulungen können diese jedoch nicht ersetzen. Damit Schulungen wirksam sind, müssen diese Homeoffice-spezifische Herausforderungen beinhalten, anwendungsorientiert sein und die Mitarbeitenden müssen diese auch besuchen. Sowohl Führungspersonen wie auch neuen/jüngeren Mitarbeitenden müssen gezielt Informationen zu gesetzlichen und betrieblichen Vorgaben, zur Organisation, zur ergonomischen und zur gesundheitlich vorteilhaften Gestaltung ihrer Tätigkeit im Homeoffice vermittelt werden. Damit ein nachhaltiger Effekt entsteht, reichen einmalige Informationen oder Schulungen nicht aus. Idealerweise folgt in zeitlichem Abstand nach der Instruktion auch eine Überprüfung der Wirksamkeit, um Lücken zu erkennen und beheben zu können.
- Gemäss dem Artikel 26 ArGV3 dürfen keine Überwachungs- und Kontrollsysteme zur Überwachung des Verhaltens der Mitarbeitenden am Arbeitsplatz eingesetzt werden. Sind solche Überwachungs- oder Kontrollsysteme aus anderen Gründen notwendig, dürfen sie die Gesundheit und die Bewegungsfreiheit der Mitarbeitenden nicht beeinträchtigen. An diese gesetzlichen Rahmenbedingungen müssen sich Betriebe halten. Die vorliegenden Ergebnisse zeigen, dass ein erheblicher Anteil der befragten Personen bei der Arbeit im Homeoffice zumindest entweder das Gefühl hat, einer Überwachung ausgesetzt zu sein oder darüber im Unklaren ist. Eine transparente Kommunikation der Betriebe an die Mitarbeitenden zum Thema Überwachung ist daher zu empfehlen.

Literatur

- Amstutz, S., Kündig, S., & Monn, C. (2010). *SBiB-Studie Schweizerische Befragung in Büro*. www.seco.admin.ch
- baua. (2010). *Psychische Belastung und Beanspruchung im Berufsleben: Erkennen – Gestalten*. https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Praxis/A45.pdf?__blob=publicationFile
- BFS. (2023, December 31). *Pendlermobilität*. Pendlermobilität (PEND), Strukturerhebung (SE). <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/mobilitaet-verkehr/personenverkehr/pendlermobilitaet.html>
- BFS. (2024a). *Arbeitsbedingungen und Gesundheitszustand, 2012–2022*. Bundesamt für Statistik (BFS). <https://dam-api.bfs.admin.ch/hub/api/dam/assets/31866442/master>
- BFS. (2024b, January 31). *Allgemeiner Gesundheitszustand*. Schweizerische Gesundheitsbefragung (SGB). <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/gesundheit/gesundheitszustand/allgemeiner.html>
- BFS. (2025a, February 20). *Beruf, berufliche Stellung*. Schweizerische Arbeitskräfteerhebung (SAKE). <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/arbeit-erwerb/erwerbstaetigkeit-arbeitszeit/merkmale-arbeitskraefte/beruf-berufliche-stellung.html>
- BFS. (2025b, February 20). *Vollzeit und Teilzeit*. Schweizerische Arbeitskräfteerhebung (SAKE). <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/arbeit-erwerb/erwerbstaetigkeit-arbeitszeit/merkmale-arbeitskraefte/vollzeit-teilzeit.html>
- BFS. (2025c, May 22). *Jährliche Dauer der Absenzen aufgrund von Krankheit/Unfall der Vollzeitarbeitnehmenden nach Geschlecht, Nationalität und anderen Merkmalen*. <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/arbeit-erwerb/erwerbstaetigkeit-arbeitszeit/arbeitszeit/absenzen.asset-detail.35227331.html>
- Black, N. L., & St-Onge, S. (2022). Measuring pandemic home-work conditions to determine ergonomic recommendation relevance. *Work*, 71(2), 299–308. <https://doi.org/10.3233/WOR-210726>,
- Bundesamt für Statistik. (2023). *Tabak Tabakkonsum, Absicht, das Rauchen aufzugeben, Passivrauchen*. Tabak. <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/gesundheit/determinanten/tabak.html>
- Chim, J. M. Y., & Chen, T. L. (2023). Prediction of Work from Home and Musculoskeletal Discomfort: An Investigation of Ergonomic Factors in Work Arrangements and Home Workstation Setups Using the COVID-19 Experience. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2023, Vol. 20, Page 3050, 20(4), 3050. <https://doi.org/10.3390/IJERPH20043050>
- Cianferoni, N. (2023a). *Ergebnisse des Flash Eurobarometer 2022 – OSH Pulse Survey*. https://www.seco.admin.ch/seco/de/home/Publikationen_Dienstleistungen/Publikationen_und_Formulare/Arbeit/Arbeitsbedingungen/Studien_und_Berichte/ergebnisse_flash_eurobarometer_2022.html
- Cianferoni, N. (2023b). Heute Homeoffice, morgen Rückenschmerzen? *Die Volkswirtschaft*. <https://dievolkswirtschaft.ch/de/2023/12/heute-homeoffice-morgen-rueckenschmerzen/>

- Cianferoni, N. (2025). Telework and Ergonomics: Data Insights on the Potential for Policy to Address Workplace Gaps. In *Handout*.
- Cropley, M., Weidenstedt, L., Leick, B., & Sütterlin, S. (2023). Working from home during lockdown: the association between rest breaks and well-being. *Ergonomics*, 66(4), 443–453. <https://doi.org/10.1080/00140139.2022.2095038>,
- Cruz-Ausejo, L., Copeze-Lonzoy, A., Vilela-Estrada, A. L., Valverde, J. J., Bohórquez, M., & Moscoso-Porras, M. (2023). Can working at home be a hazard? Ergonomic factors associated with musculoskeletal disorders among teleworkers during the COVID-19 pandemic: a scoping review. *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics*, 29(4), 1335–1344. <https://doi.org/10.1080/10803548.2022.2127246>,
- Davis, K. G., Kotowski, S. E., Daniel, D., Gerding, T., Naylor, J., & Syck, M. (2020). The Home Office: Ergonomic Lessons From the “New Normal.” *Ergonomics in Design*, 28(4), 4–10. https://doi.org/10.1177/1064804620937907/ASSET/6CC06B68-353E-45FB-807C-E2AA212D4D22/ASSETS/IMAGES/10.1177_1064804620937907-IMG1.PNG
- Demerouti, E., Bakker, A. B., de Jonge, J., Janssen, P. P., & Schaufeli, W. B. (2001). Burnout and engagement at work as a function of demands and control. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, 27(4), 279–286. <https://doi.org/10.5271/sjweh.615>
- Diesbourg, T. L., McAllister, M. J., & Costigan, P. A. (2024). Effectiveness of and preference for a picture-based home office ergonomics assessment compared to a traditional in-person office ergonomics assessment: A case study from a Canadian University during the COVID-19 pandemic. *Applied Ergonomics*, 118, 104261. <https://doi.org/10.1016/J.APERGO.2024.104261>
- DIN. (2018). *DIN EN ISO 10075-1:2018* (Patent DIN EN ISO 10075-1:2018). Beuth Verlag GmbH. <https://connect.snv.ch/de/din-en-iso-10075-1-2018>
- Dorsewagen, C., Krause, A., Lehmann, M., & Pekruhl, U. (2012). *Flexible Arbeitszeiten in der Schweiz - Auswertung einer repräsentativen Befragung der Schweizer Erwerbsbevölkerung*. https://www.seco.admin.ch/seco/de/home/Publikationen_Dienstleistungen/Publikationen_und_Formulare/Arbeit/Arbeitsbedingungen/Studien_und_Berichte/flexible-arbeitszeiten-in-der-schweiz---auswertung-einer-repraes.html
- El Kadri Filho, F., & De Lucca, S. R. (2022). Telework Conditions, Ergonomic and Psychosocial Risks, and Musculoskeletal Problems in the COVID-19 Pandemic. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 64(12), E811–E817. <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000002704>
- Fischer, G. (2024). «Barometer Gute Arbeit» Ausgewählte Ergebnisse der Befragungswelle 2024. <https://www.travailsuisse.ch/de/media/2448/download?attachment>
- Garcia, M. G., Aguiar, B., Bonilla, S., Yepez, N., Arauz, P. G., & Martin, B. J. (2022). Perceived Physical Discomfort and Its Associations With Home Office Characteristics During the COVID-19 Pandemic. *Human Factors*, 66(3), 916–932. <https://doi.org/10.1177/00187208221110683>
- Gerlach, M., Blozik, E., Meichtry, A., Hägerbäumer, M., Kilcher, G., & Golz, C. (2024). Factors of presenteeism and its association with detrimental effects among employees in Switzerland working in different

- sectors – a cross-sectional study using a multi-item instrument. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 97(7), 767–778. <https://doi.org/10.1007/s00420-024-02083-x>
- Golz, C., Gerlach, M., Siegenthaler, T., & Blättler, R. L. (2023). *Presenteeism at Work - Occupational Health Management and Presenteeism among employees*. Forschungsprojekt. <https://www.bfh.ch/de/forschung/referenzprojekte/presenteeism-at-work/>
- Golz, C., Hägerbäumer, M., Gerlach, M., Meichtry, A., Kilcher, G., Peter, K. A., & Blozik, E. (2024). Explaining presenteeism behaviour with the theory of planned behaviour – a longitudinal study. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 97(10), 1051–1062. <https://doi.org/10.1007/s00420-024-02108-5>
- Harrington, S. S., & Walkers, B. L. (2004). The effects of ergonomics training on the knowledge, attitudes, and practices of teleworkers. *Journal of Safety Research*, 35(1), 13–22. <https://doi.org/10.1016/J.JSR.2003.07.002>
- Heiniger, S., & Höglinger, M. (2023). *Arbeitnehmende im Homeoffice während der Covid-19-Pandemie – Ausmass und Effekte : Ergebnisse des COVID-19 Social Monitors*. ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. <https://doi.org/10.21256/ZHAW-2459>
- Holzgreve, F., Maurer-Grubinger, C., Fraeulin, L., Bausch, J., Groneberg, D. A., & Ohlendorf, D. (2022). Home office versus ergonomic workstation - is the ergonomic risk increased when working at the dining table? An inertial motion capture based pilot study. *BMC Musculoskeletal Disorders*, 23(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/S12891-022-05704-Z/FIGURES/4>
- Karasek, Jr. R. A. (1979). Job Demands, Job Decision Latitude, and Mental Strain: Implications for Job Redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24(2), 285–308.
- Kinman, G. (2019). Sickness presenteeism at work: Prevalence, costs and management. *British Medical Bulletin*, 129(1), 107–116. <https://doi.org/10.1093/BMB/LDY043>,
- Kotowski, S. E., Davis, K. G., & Gerding, T. (2022). Almost a year in: Virtual offices remained an ergonomic trouble spot. *Work*, 71(2), 319–326. <https://doi.org/10.3233/WOR-211052>,
- Schweizerisches Bundesamt für Statistik (BFS). (2025, May 25). *Teleheimarbeit*. Schweizerische Arbeitskräfteerhebung (SAKE). <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/arbeit-erwerb/erwerbstaetigkeit-arbeitszeit/merkmale-arbeitskraefte/vollzeit-teilzeit.html>
- SECO. (2015a). *Schutz vor psychosozialen Risiken am Arbeitsplatz - Informationen für Arbeitgeber und Arbeitgeberinnen*. SECO | Direktion Für Arbeit | Arbeitsbedingungen. https://www.seco.admin.ch/dam/seco/de/dokumente/Publikationen_Dienstleistungen/Publikationen_Formulare/Arbeit/Arbeitsbedingungen/Broschueren/seco_bro_risiken_d_web.pdf.download.pdf/seco_bro_risiken_d_web.pdf
- SECO. (2015b). *Technische Überwachung am Arbeitsplatz*. https://www.seco.admin.ch/dam/seco/de/dokumente/Publikationen_Dienstleistungen/Publikationen_Formulare/Arbeit/Arbeitsbedingungen/Broschueren/broschuere_technische_ueberwachung.pdf.download.pdf/broschuere_technische_ueberwachung_de.pdf
- SNV. (2011, November 1). *SN EN ISO 26800:2011*. <https://connect.snv.ch/de/sn-en-iso-26800-2011>

- Soltermann, A., & Weichbrodt, J. (2025). *FlexWork Trendstudie*. <https://doi.org/10.26041/fhnw-11786>
- Staatssekretariat für Wirtschaft SECO. (2023). *Europäische Erhebung über die Arbeitsbedingung 2021 (EWCTS)*. https://www.seco.admin.ch/dam/seco/de/dokumente/Publikationen_Dienstleistungen/Publikationen_Formulare/Arbeit/Arbeitsbedingungen/studien_berichte/bericht_ewcts_infografiken_2021.pdf.download.pdf/bericht_ewcts_infografiken_2021_d.pdf
- Stocker, D., Jäggi, J., Berset, M., Schläpfer, D., Németh, P., Kaeslin, S., & Goebel, S. (2021). Junge Erwerbstätige - Arbeitsbedingungen und Gesundheit. In *Gesundheitsförderung Schweiz, Arbeitspapier* (Issue 55). https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/migration/documents/Arbeitspapier_055_GFCH_2021-09_-_Junge_Erwerbstaetige_-_Arbeitsbedingungen_und_Gesundheit.pdf
- SwissErgo. (2019). *Schweizerische Gesellschaft für Ergonomie SwissErgo*. <https://swissergo.ch/ergonomie/?lang=de>
- Utz, N. W., Beer, M., Hopf, M. V., Möller, M., IFBG, Grobe, T. G., Bessel, S., & aQua. (2022). *Präsentismus in einer zunehmend mobilen Arbeitswelt Datenanalyse und aktuelle Studienlage 2022*. <https://www.tk.de/resource/blob/2143236/e7a6b3beba55964a56d7072f374a5e78/dossier-praesentismus-data.pdf>
- Ware, Jr. J. E., & Sherbourne, C. D. (1992). The MOS 36-item short-form health survey (SF-36). I. Conceptual framework and item selection. *Med Care*, 30(6), 473–483.
- Wegge, J., & Wendsche, J. (2019). *Metaanalyse zur Wirksamkeit von Kurzpausen*.
- Wütschert, M. S., Romano-Pereira, D., Suter, L., Schulze, H., & Elfering, A. (2022). A systematic review of working conditions and occupational health in home office. *Work*, 72(3), 839–852. <https://doi.org/10.3233/WOR-205239>,
- Xu, N., Sun, Y., Chen, J., Wang, Z., Chen, Z., Yang, B., Wang, P., & Zhou, J. (2022). Ergonomics Evaluation of Home Office Environment. In S. Long & B. S. Dhillon (Eds.), *Lecture Notes in Electrical Engineering* (Vol. 800, pp. 466–473). Springer, Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-16-5963-8_65

Anhang

A-1 Literaturrecherche

Um die Themenfelder und Fragen zu identifizieren, wurde eine Literaturrecherche durchgeführt und insgesamt 107 relevante Literaturquellen identifiziert. Diese Quellen beinhalteten Publikationen aus Journals, Gesetzestexte, direkt publizierte Forschungsberichte und öffentliche Umfragen sowie deren Ergebnisse aus der Schweiz, Deutschland, Österreich sowie der EU. Einbezogen wurden Literaturquellen in den Sprachen Deutsch, Englisch und Französisch.

Meta-Datenbanken

Stichworte	Datenbank	Resultate?
(ergonomic) AND ((homeoffice) OR (home office))	PubMed	Ja
(home office) AND (ergonomic) AND (light)	PubMed	Ja
(ergonomic) AND (Remote Work)	PubMed	Ja
(ergonomie) AND (heimarbeit)	PubMed	Nein
(ergonomie) AND (Tearbeit)	PubMed	Nein
(ergonomie) AND (télétravail)	PubMed	Nein
Home office ergonomics	Web of science	Ja
Ergonomic work from home	Web of science	Ja
Telework ergonomic	Web of science	Ja

Journals

- SAGE Journals
- Journal of applied psychology
- Zeitschrift für Arbeitswissenschaft
- Ergonomics

Meistgesuchte Stichworte: Ergonomie, Ergonomics, Homeoffice, Tearbeit, Teleheimarbeit, remote work

Publikationen von öffentlichen Institutionen

Verwendet wurden auch Publikationen zum Thema direkt von den folgenden Institutionen:

- AUVA
- BAUA
- BFS
- DGUV
- SECO
- SGB-USS
- SUVA

Meistgesuchte Stichworte: Ergonomie, Homeoffice, Tearbeit, Teleheimarbeit

A-2 Interviews mit Schlüsselpersonen

Um die relevanten Themenfelder zusätzlich einzugrenzen, wurden sieben halbstrukturierte Interviews mit Schlüsselpersonen aus Verbänden, dem Vollzug und Betrieben durchgeführt.

Zur gezielten Eingrenzung und Validierung der relevanten Themenfelder wurden im Rahmen der Studie sieben halbstrukturierte Interviews mit Schlüsselpersonen aus verschiedenen relevanten Bereichen durchgeführt. Dabei wurden Vertreter*innen aus Verbänden, Vollzugsbehörden sowie aus Unternehmen einbezogen, um unterschiedliche Perspektiven und Erfahrungen zu erfassen und so die Befragungsinhalte fundiert zu entwickeln. Die gestellten Fragen lauteten:

- «Welches sind die grössten Herausforderungen, welche Sie aus Ihrer Sicht im Betrieb/aus Ihrer Verbandstätigkeit erleben, wenn es um das Thema Ergonomie Homeoffice geht?»
- «Welches sind die grössten Herausforderungen/Risiken, welche Sie aus Sicht Mitarbeitende erleben, wenn es um das Thema Homeoffice geht?»
- «Weitere wichtige Themen: Welche Themen hören Sie sonst noch von Mitarbeitenden oder der Führung, wenn es um das Thema Homeoffice geht?»
- «Was wäre Ihr Anliegen aus betrieblicher Sicht/aus Ihrer Sicht als Fachperson an die Studie zur Ergonomie im Homeoffice bzw. deren Ergebnisse?»

Relevante Themenfelder, die von den meisten Schlüsselpersonen genannt wurden und in die Gestaltung der Befragung einfließen, waren die folgenden:

- Mangelhaftes Wissen/Schulung der Mitarbeitenden zu Ergonomie, ob im Büro oder zuhause
- Einhalten der Arbeitszeit / Nachtarbeit und Sonntagsarbeit (mehrere Schlüsselpersonen selbst betroffen!)
- Weniger Zusammenhalt im Team / Vereinsamung
- Präsentismus
- Vermehrter Abbau der Arbeitsplätze vor Ort
- Führungspersonen arbeiten eher vor Ort als Mitarbeitende ohne Führungsfunktion

A-3 Datenbereinigung und Aufbereitung Datensatz

Datensätze der Befragung, welche nicht vollständig bis und mit dem Abschnitt Demografie ausgefüllt wurden, wurden entfernt (562 Datensätze). Gelöscht wurden ebenfalls Datensätze, wenn die betreffenden Teilnehmenden angaben, mehrere Teilzeiterwerbstätigkeiten auszuüben, da dies die Beantwortung und Interpretation der weiteren Fragen erschwert hätte.

Geprüft wurden die verbleibenden Antworten auf Antworttendenzen und Duplikate, wobei keine auffälligen Fälle festgestellt werden konnten.

Bei von Hand erfolgten Eingaben wurden unplausible Werte korrigiert oder als Missing definiert. Dies betraf Eingaben bei «Stunden_pro_Woche», «Arbeitsdauer_pro_Woche», «Alter», «Arbeitsweg» und «Haupttätigkeit_Dauer». Ausserdem wurden Zeitangaben auf- oder abgerundet.

Verschiedene ordinalskalierte Variablen wurden nach der Prüfung von deren Verteilung und Zusammenhängen mit Zielvariablen recodiert, dichotomisiert sowie Gruppenvariablen gebildet. Metrische Variablen wurden teilweise in mehrere Kategorien aufgeteilt (z. B. Alter, Anteil Homeoffice) oder dichotomisiert.

A-4 Informationen teilnehmende Betriebe

A-4.1 Rücklauf

Zur Wahrung der Anonymität der teilnehmenden Betriebe wird auf eine Nennung der effektiven Anzahl angefragter Personen verzichtet.

Code	Branche	Region	Quote Rücklauf Datensätze* (in %) n = 3'523	Quote bereinigte Datensätze** (in %) n = 2'855	Zuverlässigkeitsrate*** (in %)	Endtermin Befragung
a	Detailhandel	Deutschschweiz	49.3	38.6	78.3	24.09.2024
b	Finanzdienstleistungen	Deutschschweiz	69.3	60.7	87.6	13.09.2024
c	Finanzdienstleistungen	Deutschschweiz	39.8	33.7	84.8	11.11.2024
d	Gastgewerbe	Ganze Schweiz	100.0	94.1	94.1	08.07.2024
e	Verkehr/Lagerei	Deutschschweiz	61.3	46.9	76.4	08.07.2024
f	Herstellung von Waren	Deutschschweiz	57.7	46.9	81.3	09.09.2024
g	Herstellung von Waren	Deutschschweiz	15.5	12.0	77.4	31.10.2024
h	Versicherungen	Deutschschweiz	78.6	68.6	87.3	09.09.2024
i	Versicherungen	Ganze Schweiz	53.5	44.9	83.8	13.09.2024
k	Versicherungen	Ganze Schweiz	18.7	14.0	75.0	13.09.2024
l	Öffentliche Verwaltung	Deutschschweiz	22.7	16.8	74.3	02.07.2024
m	Öffentliche Verwaltung	Deutschschweiz	16.9	14.0	82.9	20.09.2024
n	Öffentliche Verwaltung	Westschweiz	22.7	19.2	84.5	27.09.2024
Total	7 Branchen		40.2	32.6	81.0	
		Mittelwert Spalte	46.6	39.3	82.1	

*Quote Rücklauf Datensätze: Verhältnis zwischen der Anzahl angefragter Personen in den Betrieben und den eingegangenen Datensätzen aus der Befragung

**Quote bereinigte Datensätze: Verhältnis zwischen der Anzahl angefragter Personen in den Betrieben und den verwendbaren Datensätzen aus der Befragung

***Zuverlässigkeitsrate: Anteil verwendbarer Datensätze aus der Befragung an eingegangenen Datensätzen aus der Befragung

A-4.2 Häufigkeitstabellen Angaben der Betriebe

Die folgenden Tabellen enthalten Angaben zu Weisungen und Ressourcen für die Tätigkeit im Homeoffice, welche von den teilnehmenden Betrieben zur Verfügung gestellt worden sind. Entsprechend betreffen die Antworten immer alle Datensätze aus den teilnehmenden Betrieben.

Branche des Betriebs					
		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	Detailhandel	188	6.6	6.6	6.6
	Finanzdienstleistungen	486	17.0	17.0	23.6
	Gastgewerbe	16	.6	.6	24.2

Anhang

	Verkehr/Lagerei	418	14.6	14.6	38.8
	Herstellung von Waren	109	3.8	3.8	42.6
	Versicherungen	1308	45.8	45.8	88.4
	Öffentliche Verwaltung	330	11.6	11.6	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Welche Personengruppen im Betrieb wurden aufgefordert teilzunehmen?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	alle MA	1883	66.0	66.0	66.0
	Teilbereich mit Homeoffice- Aufgaben	908	31.8	31.8	97.8
	Stichprobe aus allen MA	64	2.2	2.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ist eine Weisung, Reglement oder Vereinbarung zum Homeoffice vorhanden?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	schriftlich	2855	100.0	100.0	100.0

Ist im Betrieb das minimale und/oder maximale Pensum für Homeoffice geregelt?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Maximalpensum	2021	70.8	70.8	70.8
	Keine Vorgaben, Abspra- che Vorgesetzte notwendig	834	29.2	29.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ist eine Weisung vorhanden, dass im Homeoffice keine Überzeit gearbeitet werden darf?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	525	18.4	18.4	18.4
	nein	2012	70.5	70.5	88.9
	unbekannt	318	11.1	11.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Beahlt der Betrieb etwas an Mobiliar, Infrastruktur?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Anteil	412	14.4	14.4	14.4
	nein	2443	85.6	85.6	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Beahlt der Betrieb etwas an Gebühren?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Anteil	119	4.2	4.2	4.2
	Pauschale	48	1.7	1.7	5.8
	keine	2484	87.0	87.0	92.9
	unbekannt	204	7.1	7.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Stellt der Betrieb Mobiliar zur Verfügung?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	teilweise	1132	39.6	39.6	39.6
	kein Material	1723	60.4	60.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Bietet der Betrieb Schulungen zur Tätigkeit im Homeoffice an?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Homeoffice-spezifisch	133	4.7	4.7	4.7
	allgemein	1352	47.4	47.4	52.0
	Beratung am Arbeitsplatz	990	34.7	34.7	86.7
	ausschliesslich schriftliche Informationen / Verweis auf EKAS-Box	380	13.3	13.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

A-5 Häufigkeitstabellen Befragung

A-5.1 Nominal- und ordinalskalierte Variablen (Reihenfolge gemäss Befragung)

Haben Sie in den letzten 4 Wochen für Ihre berufliche Haupttätigkeit mindestens einmal zu Hause gearbeitet?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	2855	100.0	100.0	100.0

Arbeiten Sie regelmässig oder nur gelegentlich zu Hause?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	regelmässig	2528	88.5	88.5	88.5
	gelegentlich	325	11.4	11.4	99.9
	Kann ich nicht beantworten	2	.1	.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wo haben Sie in den vergangenen 4 Wochen normalerweise gearbeitet?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Vor Ort im Betrieb und im Homeoffice	2702	94.6	94.6	94.6
	Ausserhalb des Betriebs und im Homeoffice	109	3.8	3.8	98.5
	Ausschliesslich im Home- office	44	1.5	1.5	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Welche Art von Erwerbstätigkeit haben Sie in der letzten Woche gehabt?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Eine Vollzeit-erwerbstätig- keit	1663	58.2	58.2	58.2
	Eine Teilzeiterwerbstätigkeit	1192	41.8	41.8	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Welche Position haben Sie in Ihrer jetzigen beruflichen Haupttätigkeit? Sind Sie...

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	in Ausbildung	21	.7	.7	.7
	angestellt ohne Führungs- funktion	2213	77.5	77.5	78.2
	angestellt mit Führungs- funktion bis mittleres Kader	523	18.3	18.3	96.6
	angestellt als Mitglied der Direktion oder Geschäfts- leitung, oberes Kader	73	2.6	2.6	99.1
	andere	24	.8	.8	100.0
	Ich weiss nicht	1	.0	.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wie häufig ist es in den letzten drei Monaten vorgekommen, dass Sie in Ihrer Freizeit gearbeitet haben, um die Arbeitsanforderungen zu erfüllen?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	täglich	27	.9	.9	.9
	mehrmals pro Woche	237	8.3	8.3	9.2
	mehrmals pro Monat	543	19.0	19.0	28.3
	seltener	998	35.0	35.0	63.2
	nie	1027	36.0	36.0	99.2
	Ich weiss nicht	23	.8	.8	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ich habe in den letzten vier Wochen am Sonntag oder in der Nacht (24:00 - 06:00) gearbeitet.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	2386	83.6	83.6	83.6
	selten	318	11.1	11.1	94.7
	manchmal	121	4.2	4.2	98.9
	oft	21	.7	.7	99.7
	meistens/immer	1	.0	.0	99.7
	Ich weiss nicht	8	.3	.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Haben Sie die Sonntags-/Nachtarbeit im Rahmen von Schichtarbeit oder Piketteinsätzen geleistet?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	68	2.4	14.8	14.8
	nein	391	13.7	84.8	99.6
	Ich weiss nicht	2	.1	.4	100.0
	Gesamt	461	16.1	100.0	
Fehlend	System	2394	83.9		
Gesamt		2855	100.0		

Haben Sie im Betrieb einen fest zugeteilten Büroarbeitsplatz?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	1228	43.0	43.0	43.0
	nein	1625	56.9	56.9	99.9
	Ich weiss nicht	2	.1	.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wie häufig finden Sie vor Ort im Betrieb einen freien Arbeitsplatz?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	13	.5	.5	.5
	selten	31	1.1	1.1	1.5
	häufig	214	7.5	7.5	9.0
	sehr häufig, meistens	295	10.3	10.3	19.4
	immer	2259	79.1	79.1	98.5
	Ich weiss nicht	43	1.5	1.5	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wie viele Personen arbeiten im Raum, in dem sich Ihr Hauptarbeitsplatz befindet?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nur ich	330	11.6	11.6	11.6
	1 weitere Person	313	11.0	11.0	22.5
	2-5 weitere Personen	718	25.1	25.1	47.7
	6-9 weitere Personen	611	21.4	21.4	69.1
	10-14 weitere Personen	659	23.1	23.1	92.2
	mehr als 14 weitere Personen	196	6.9	6.9	99.0
	Ich weiss nicht	28	1.0	1.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wie gut lassen sich Ihre Arbeitszeiten im Allgemeinen mit Ihren familiären oder sozialen Verpflichtungen ausserhalb des Berufs vereinbaren?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	sehr gut	1307	45.8	45.8	45.8
	gut	1409	49.4	49.4	95.1
	nicht sehr gut	126	4.4	4.4	99.5
	überhaupt nicht gut	10	.4	.4	99.9
	Ich weiss nicht	3	.1	.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Werden Ihre Arbeitsstunden im Homeoffice erfasst?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja, alle	2421	84.8	84.8	84.8
	ja, aber nur teilweise	68	2.4	2.4	87.2
	nein	349	12.2	12.2	99.4
	Ich weiss nicht	17	.6	.6	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Es fällt mir schwer, nach der Arbeit im Betrieb abzuschalten.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	101	3.5	3.5	3.5
	Trifft eher zu	405	14.2	14.2	17.7
	Trifft weder zu noch nicht zu	257	9.0	9.0	26.7
	Trifft eher nicht zu	850	29.8	29.8	56.5
	Trifft nicht zu	1241	43.5	43.5	100.0
	Ich weiss nicht	1	.0	.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Es fällt mir schwer, nach der Arbeit im Homeoffice abzuschalten.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	83	2.9	2.9	2.9
	Trifft eher zu	381	13.3	13.3	16.3
	Trifft weder zu noch nicht zu	238	8.3	8.3	24.6
	Trifft eher nicht zu	842	29.5	29.5	54.1
	Trifft nicht zu	1311	45.9	45.9	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wenn ich im Homeoffice arbeite, habe ich das Gefühl, auch ausserhalb der üblichen Arbeitszeiten unseres Betriebs erreichbar sein zu müssen.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	57	2.0	2.0	2.0
	Trifft eher zu	189	6.6	6.6	8.6
	Trifft weder zu noch nicht zu	136	4.8	4.8	13.4
	Trifft eher nicht zu	424	14.9	14.9	28.2
	Trifft nicht zu	2045	71.6	71.6	99.9
	Ich weiss nicht	4	.1	.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Wenn ich im Homeoffice arbeite, muss ich auch ausserhalb der üblichen Arbeitszeiten unseres Betriebs erreichbar sein.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	23	.8	.8	.8
	Trifft eher zu	43	1.5	1.5	2.3
	Trifft weder zu noch nicht zu	76	2.7	2.7	5.0
	Trifft eher nicht zu	206	7.2	7.2	12.2
	Trifft nicht zu	2495	87.4	87.4	99.6
	Ich weiss nicht	12	.4	.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ich mache regelmässige Kurzpausen bei meiner Arbeit im Homeoffice im Verlauf meines Arbeitstages.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	813	28.5	28.5	28.5
	Trifft eher zu	983	34.4	34.4	62.9
	Trifft weder zu noch nicht zu	212	7.4	7.4	70.3
	Trifft eher nicht zu	601	21.1	21.1	91.4
	Trifft nicht zu	239	8.4	8.4	99.8
	Ich weiss nicht	7	.2	.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wenn ich im Homeoffice 7 Stunden oder länger arbeite, mache ich mindestens eine längere Pause von 30 Minuten oder mehr (für Mahlzeiten, etc.).

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	2164	75.8	75.8	75.8
	Trifft eher zu	497	17.4	17.4	93.2
	Trifft weder zu noch nicht zu	42	1.5	1.5	94.7
	Trifft eher nicht zu	81	2.8	2.8	97.5
	Trifft nicht zu	59	2.1	2.1	99.6
	Ich weiss nicht	12	.4	.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wie zufrieden sind Sie insgesamt mit Ihrem Arbeitsplatz im Homeoffice?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	sehr zufrieden	1549	54.3	54.3	54.3
	zufrieden	1030	36.1	36.1	90.3
	weder zufrieden noch unzufrieden	200	7.0	7.0	97.3
	unzufrieden	59	2.1	2.1	99.4
	sehr unzufrieden	17	.6	.6	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Wo ist Ihr üblicher Arbeitsort im Homeoffice?Arbeitszimmer (alleinige Nutzung)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	1819	63.7	63.7	63.7
	nicht ausgewählt	1036	36.3	36.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Arbeitszimmer (gemeinschaftliche Nutzung)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	319	11.2	11.2	11.2
	nicht ausgewählt	2536	88.8	88.8	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

feste Arbeitsecke innerhalb des Wohnbereichs (Wohnzimmer, Schlafzimmer, Küche)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	651	22.8	22.8	22.8
	nicht ausgewählt	2204	77.2	77.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

feste Arbeitsecke ausserhalb des Wohnbereichs (Bad, Estrich, Keller, Korridor)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	63	2.2	2.2	2.2
	nicht ausgewählt	2792	97.8	97.8	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

flexibler Arbeitsplatz (z.B. am Esstisch, am Sofatisch, auf Balkon, etc.)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	215	7.5	7.5	7.5
	nicht ausgewählt	2640	92.5	92.5	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

an verschiedenen Orten

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	77	2.7	2.7	2.7
	nicht ausgewählt	2778	97.3	97.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

anderes

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	14	.5	.5	.5
	nicht ausgewählt	2841	99.5	99.5	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ich weiss nicht

		Häufigkeit	Prozent
Fehlend	System	2855	100.0

Anhang

Mit welchem Mobiliar arbeiten Sie üblicherweise im Homeoffice? Sitz- / Stehtisch höhenverstellbar

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	1009	35.3	35.3	35.3
	nicht ausgewählt	1846	64.7	64.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Tisch nicht höhenverstellbar

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	1825	63.9	63.9	63.9
	nicht ausgewählt	1030	36.1	36.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

verstellbarer Bürodrehstuhl

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	1969	69.0	69.0	69.0
	nicht ausgewählt	886	31.0	31.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Esszimmerstuhl

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	449	15.7	15.7	15.7
	nicht ausgewählt	2406	84.3	84.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Couch/Sofa

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	82	2.9	2.9	2.9
	nicht ausgewählt	2773	97.1	97.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

alternative Sitzgelegenheit (Hocker, Ball, Bank, Kiste, etc.)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	226	7.9	7.9	7.9
	nicht ausgewählt	2629	92.1	92.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

andere

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	35	1.2	1.2	1.2
	nicht ausgewählt	2820	98.8	98.8	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

nicht zutreffend

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Ich weiss nicht	1	.0	100.0	100.0
Fehlend	System	2854	100.0		
Gesamt		2855	100.0		

Können Sie an Ihrem Arbeitstisch im Homeoffice ungehindert absitzen und aufstehen (z.B. ohne Anstossen)?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	2683	94.0	95.9	95.9
	nein	110	3.9	3.9	99.8
	Ich weiss nicht	6	.2	.2	100.0
	Gesamt	2799	98.0	100.0	
Fehlend	System	56	2.0		
Gesamt		2855	100.0		

Hat Ihr Arbeitsstuhl eine gepolsterte Sitzfläche?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	2135	74.8	90.9	90.9
	nein	208	7.3	8.9	99.8
	Ich weiss nicht	5	.2	.2	100.0
	Gesamt	2348	82.2	100.0	
Fehlend	System	507	17.8		
Gesamt		2855	100.0		

Unterstützt die Rückenlehne Ihren Rücken beim Sitzen?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	2028	71.0	86.4	86.4
	nein	273	9.6	11.6	98.0
	Ich weiss nicht	47	1.6	2.0	100.0
	Gesamt	2348	82.2	100.0	
Fehlend	System	507	17.8		
Gesamt		2855	100.0		

Ist die Stuhlhöhe so, dass Sie im Sitzen Ihre Füsse bequem auf den Boden stellen können?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	2208	77.3	94.0	94.0
	nein	124	4.3	5.3	99.3
	Ich weiss nicht	16	.6	.7	100.0
	Gesamt	2348	82.2	100.0	
Fehlend	System	507	17.8		
Gesamt		2855	100.0		

Anhang

Wieviel misst die Tiefe Ihrer Arbeitsfläche?(Schätzhilfe: verwenden Sie ein A4-Papier - Kantenlänge ist ca. 30 cm)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	weniger als 80 cm	787	27.6	27.6	27.6
	80cm oder mehr	1917	67.1	67.1	94.7
	Ich weiss nicht	151	5.3	5.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ist genügend freier Bewegungsraum für Ihre Beine und Füsse unter dem Tisch vorhanden (ungehindertes Strecken möglich)?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	2583	90.5	92.3	92.3
	nein	215	7.5	7.7	100.0
	Ich weiss nicht	1	.0	.0	100.0
	Gesamt	2799	98.0	100.0	
Fehlend	System	56	2.0		
Gesamt		2855	100.0		

Sind Ihre Unterarme vom Tisch unterstützt, wenn Sie arbeiten?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	2551	89.4	91.1	91.1
	nein	222	7.8	7.9	99.1
	Ich weiss nicht	26	.9	.9	100.0
	Gesamt	2799	98.0	100.0	
Fehlend	System	56	2.0		
Gesamt		2855	100.0		

Ermöglichen Stuhl und Tisch, dass Sie regelmässig Ihre Arbeitsposition wechseln können (z.B. im Stehen arbeiten, Sitzposition verändern)?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	1602	56.1	57.2	57.2
	nein	1171	41.0	41.8	99.1
	Ich weiss nicht	26	.9	.9	100.0
	Gesamt	2799	98.0	100.0	
Fehlend	System	56	2.0		
Gesamt		2855	100.0		

Welche der folgenden Elemente verwenden Sie bei der Einrichtung Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes?Laptop

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	2742	96.0	96.0	96.0
	nicht ausgewählt	113	4.0	4.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Desktop-Computer

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	276	9.7	9.7	9.7
	nicht ausgewählt	2579	90.3	90.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ein externer Monitor

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	1476	51.7	51.7	51.7
	nicht ausgewählt	1379	48.3	48.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Zwei oder mehr externe Monitore

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	1108	38.8	38.8	38.8
	nicht ausgewählt	1747	61.2	61.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Maus

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	2720	95.3	95.3	95.3
	nicht ausgewählt	135	4.7	4.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Separate Tastatur

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	2285	80.0	80.0	80.0
	nicht ausgewählt	570	20.0	20.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Headset / Kopfhörer

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	2558	89.6	89.6	89.6
	nicht ausgewählt	297	10.4	10.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

andere

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	164	5.7	5.7	5.7
	nicht ausgewählt	2691	94.3	94.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Ich weiss nicht

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Ich weiss nicht	1	.0	100.0	100.0
Fehlend	System	2854	100.0		
Gesamt		2855	100.0		

Ist der obere Bildschirmrand auf Augenhöhe oder leicht darunter (die Augen blicken leicht nach unten auf den Bildschirm)? Wenn Sie mit mehr als 1 Bildschirm arbeiten, bezieht sich die Frage auf den Hauptbildschirm.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	1982	69.4	78.9	78.9
	nein	483	16.9	19.2	98.2
	Ich weiss nicht	46	1.6	1.8	100.0
	Gesamt	2511	88.0	100.0	
Fehlend	System	344	12.0		
Gesamt		2855	100.0		

*Beträgt der Abstand zwischen Ihren Augen und dem Bildschirm mindestens eine Arm-
länge?*

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	2320	81.3	92.4	92.4
	nein	173	6.1	6.9	99.3
	Ich weiss nicht	18	.6	.7	100.0
	Gesamt	2511	88.0	100.0	
Fehlend	System	344	12.0		
Gesamt		2855	100.0		

*Ist der Bildschirm so platziert, dass von den Fenstern keine Blendung und Spiegelungen
auftreten?*

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	2147	75.2	85.5	85.5
	nein	348	12.2	13.9	99.4
	Ich weiss nicht	16	.6	.6	100.0
	Gesamt	2511	88.0	100.0	
Fehlend	System	344	12.0		
Gesamt		2855	100.0		

Haben Sie an Ihrem Homeoffice-Arbeitsplatz Sicht ins Freie?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	2459	86.1	86.1	86.1
	nein	389	13.6	13.6	99.8
	Ich weiss nicht	7	.2	.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Bestehen Storen oder ein anderer Blendschutz am Fenster, um Blendung und Hitze durch Sonnenlicht zu vermeiden?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	2749	96.3	96.3	96.3
	nein	104	3.6	3.6	99.9
	Ich weiss nicht	2	.1	.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ist die Beleuchtung für die Erledigung Ihrer üblichen Arbeit geeignet?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	2672	93.6	93.6	93.6
	nein	127	4.4	4.4	98.0
	Ich weiss nicht	56	2.0	2.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Können Sie die Arbeitsräumlichkeiten im Homeoffice regelmässig lüften?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	2847	99.7	99.7	99.7
	nein	8	.3	.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Haben Sie im Homeoffice in der Regel ein angenehmes Raumklima (Temperatur, Luftfeuchte, Zugluft)?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	1908	66.8	66.8	66.8
	Trifft eher zu	822	28.8	28.8	95.6
	Trifft weder zu noch nicht zu	66	2.3	2.3	97.9
	Trifft eher nicht zu	48	1.7	1.7	99.6
	Trifft nicht zu	9	.3	.3	99.9
	Ich weiss nicht	2	.1	.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Werden Sie bei der Arbeit im Homeoffice durch Lärm und Geräusche gestört?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	668	23.4	23.4	23.4
	selten	1714	60.0	60.0	83.4
	manchmal	443	15.5	15.5	98.9
	sehr häufig, meistens	27	.9	.9	99.9
	immer	2	.1	.1	100.0
	Ich weiss nicht	1	.0	.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

In welchen Bereichen wären Ihrer Meinung nach Anpassungen notwendig, um Ihre Arbeit im Homeoffice ergonomisch zu verbessern?keine

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	1215	42.6	42.6	42.6
	nicht ausgewählt	1640	57.4	57.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Möbiliar

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	1196	41.9	41.9	41.9
	nicht ausgewählt	1659	58.1	58.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Geräte/Hilfsmittel

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	479	16.8	16.8	16.8
	nicht ausgewählt	2376	83.2	83.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Arbeitsumgebung

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	182	6.4	6.4	6.4
	nicht ausgewählt	2673	93.6	93.6	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Kommunikationsmittel/Software

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	123	4.3	4.3	4.3
	nicht ausgewählt	2732	95.7	95.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ich weiss nicht

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Ich weiss nicht	102	3.6	100.0	100.0
Fehlend	System	2753	96.4		
Gesamt		2855	100.0		

Was würden Sie bezüglich Möbiliar verbessern?Stuhl

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	636	22.3	22.3	22.3
	nicht ausgewählt	2219	77.7	77.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Tisch/Arbeitsfläche

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	933	32.7	32.7	32.7
	nicht ausgewählt	1922	67.3	67.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Lampe/Leuchte

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	183	6.4	6.4	6.4
	nicht ausgewählt	2672	93.6	93.6	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Andere

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	20	.7	.7	.7
	nicht ausgewählt	2835	99.3	99.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Was würden Sie bezüglich Geräte/Hilfsmittel verbessern? Bildschirm/e

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	380	13.3	13.3	13.3
	nicht ausgewählt	2475	86.7	86.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Tastatur/Eingabegerät

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	137	4.8	4.8	4.8
	nicht ausgewählt	2718	95.2	95.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Maus

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	62	2.2	2.2	2.2
	nicht ausgewählt	2793	97.8	97.8	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Kopfhörer

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	90	3.2	3.2	3.2
	nicht ausgewählt	2765	96.8	96.8	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Weitere Peripherie (Lautsprecher/Mikrofone, etc.)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	76	2.7	2.7	2.7
	nicht ausgewählt	2779	97.3	97.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Andere

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	37	1.3	1.3	1.3
	nicht ausgewählt	2818	98.7	98.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Was würden Sie bezüglich Arbeitsumgebung verbessern? Helligkeit

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	53	1.9	1.9	1.9
	nicht ausgewählt	2802	98.1	98.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Raumgrösse

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	47	1.6	1.6	1.6
	nicht ausgewählt	2808	98.4	98.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

abgeschlossener Raum

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	65	2.3	2.3	2.3
	nicht ausgewählt	2790	97.7	97.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Klima/Temperatur

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	67	2.3	2.3	2.3
	nicht ausgewählt	2788	97.7	97.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Geräusche/Lärm

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	65	2.3	2.3	2.3
	nicht ausgewählt	2790	97.7	97.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Andere

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	18	.6	.6	.6
	nicht ausgewählt	2837	99.4	99.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Was würden Sie bezüglich Kommunikationsmittel/Software verbessern? Videokonferenz-Tools (MS Teams, Zoom, Skype, etc.)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	67	2.3	2.3	2.3
	nicht ausgewählt	2788	97.7	97.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Zusammenarbeit/Kollaboration (z.B. Sharepoint, MSTEams, etc.)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	64	2.2	2.2	2.2
	nicht ausgewählt	2791	97.8	97.8	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anwendungssoftware (Textverarbeitung, Bildbearbeitung, etc.)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	29	1.0	1.0	1.0
	nicht ausgewählt	2826	99.0	99.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Andere

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	31	1.1	1.1	1.1
	nicht ausgewählt	2824	98.9	98.9	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Meine Arbeit im Homeoffice wird durch meinen Betrieb (digital) überwacht.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft nicht zu	725	25.4	25.4	25.4
	Trifft eher nicht zu	241	8.4	8.4	33.8
	Trifft weder zu noch nicht zu	139	4.9	4.9	38.7
	Trifft eher zu	194	6.8	6.8	45.5
	Trifft zu	247	8.7	8.7	54.2
	Ich weiss nicht	1309	45.8	45.8	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Wenn ich im Homeoffice arbeite, habe ich das Gefühl, von meinem Unternehmen überwacht zu werden, da ich digitale Arbeitsmittel benutze.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft nicht zu	1315	46.1	46.1	46.1
	Trifft eher nicht zu	594	20.8	20.8	66.9
	Trifft weder zu noch nicht zu	254	8.9	8.9	75.8
	Trifft eher zu	294	10.3	10.3	86.1
	Trifft zu	131	4.6	4.6	90.6
	Ich weiss nicht	267	9.4	9.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Stellt Ihr Betrieb Ihnen für die Einrichtung Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes Ressourcen zur Verfügung? (z.B. finanzielle Mittel, Geräte, Mobiliar, Einkaufsvergünstigungen, etc.)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	733	25.7	25.7	25.7
	nein	1807	63.3	63.3	89.0
	Ich weiss nicht	315	11.0	11.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Nutzen Sie das Angebot/die Angebote Ihres Betriebs für die Einrichtung Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	508	17.8	69.3	69.3
	nein	213	7.5	29.1	98.4
	Ich weiss nicht	12	.4	1.6	100.0
	Gesamt	733	25.7	100.0	
Fehlend	System	2122	74.3		
Gesamt		2855	100.0		

Wie werden Sie vom Betrieb zur Einrichtung oder für den Unterhalt Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes unterstützt?regelmässiger Pauschalbetrag

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	127	4.4	4.4	4.4
	nicht ausgewählt	2728	95.6	95.6	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

einmalige Pauschale

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	83	2.9	2.9	2.9
	nicht ausgewählt	2772	97.1	97.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Spesenabrechnung

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	9	.3	.3	.3
	nicht ausgewählt	2846	99.7	99.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Geräte (Rechner, Maus, Tastatur, Kopfhörer, etc.)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	496	17.4	17.4	17.4
	nicht ausgewählt	2359	82.6	82.6	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Mobiliar

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	19	.7	.7	.7
	nicht ausgewählt	2836	99.3	99.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Verbrauchsmaterial

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	76	2.7	2.7	2.7
	nicht ausgewählt	2779	97.3	97.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Einkaufsvergünstigungen

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	203	7.1	7.1	7.1
	nicht ausgewählt	2652	92.9	92.9	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

andere

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	8	.3	.3	.3
	nicht ausgewählt	2847	99.7	99.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ich weiss nicht

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Ich weiss nicht	24	.8	100.0	100.0
Fehlend	System	2831	99.2		
Gesamt		2855	100.0		

Anhang

Ich kann mich bei meiner Arbeit regelmässig austauschen mit Anderen (z.B. Kolleg:innen, Führungsperson, Kund:innen, etc.).

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	2035	71.3	71.3	71.3
	Trifft eher zu	701	24.6	24.6	95.8
	Trifft weder zu noch nicht zu	52	1.8	1.8	97.7
	Trifft eher nicht zu	54	1.9	1.9	99.5
	Trifft nicht zu	12	.4	.4	100.0
	Ich weiss nicht	1	.0	.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Mein Betrieb fördert soziale Kontakte (z.B. durch Teamanlässe, etc.).

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	1587	55.6	55.6	55.6
	Trifft eher zu	902	31.6	31.6	87.2
	Trifft weder zu noch nicht zu	199	7.0	7.0	94.2
	Trifft eher nicht zu	121	4.2	4.2	98.4
	Trifft nicht zu	37	1.3	1.3	99.7
	Ich weiss nicht	9	.3	.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

In meinem Betrieb wird gut kommuniziert.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	966	33.8	33.8	33.8
	Trifft eher zu	1276	44.7	44.7	78.5
	Trifft weder zu noch nicht zu	358	12.5	12.5	91.1
	Trifft eher nicht zu	196	6.9	6.9	97.9
	Trifft nicht zu	56	2.0	2.0	99.9
	Ich weiss nicht	3	.1	.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

In meinem Betrieb arbeiten wir gut zusammen.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	1268	44.4	44.4	44.4
	Trifft eher zu	1242	43.5	43.5	87.9
	Trifft weder zu noch nicht zu	221	7.7	7.7	95.7
	Trifft eher nicht zu	99	3.5	3.5	99.1
	Trifft nicht zu	22	.8	.8	99.9
	Ich weiss nicht	3	.1	.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Bei meiner Arbeit erlebe ich hohen Zeitdruck.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	348	12.2	12.2	12.2
	Trifft eher zu	890	31.2	31.2	43.4
	Trifft weder zu noch nicht zu	817	28.6	28.6	72.0
	Trifft eher nicht zu	593	20.8	20.8	92.7
	Trifft nicht zu	199	7.0	7.0	99.7
	Ich weiss nicht	8	.3	.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Bei meiner Arbeit erlebe ich häufig Spannungen und Konflikte

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	91	3.2	3.2	3.2
	Trifft eher zu	383	13.4	13.4	16.6
	Trifft weder zu noch nicht zu	575	20.1	20.1	36.7
	Trifft eher nicht zu	1110	38.9	38.9	75.6
	Trifft nicht zu	688	24.1	24.1	99.7
	Ich weiss nicht	8	.3	.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Können Sie bei Ihrer beruflichen Haupttätigkeit Folgendes aussuchen bzw. ändern?die Reihenfolge Ihrer Aufgaben

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	31	1.1	1.1	1.1
	selten	99	3.5	3.5	4.6
	manchmal	458	16.0	16.0	20.6
	oft	1536	53.8	53.8	74.4
	immer	725	25.4	25.4	99.8
	Ich weiss nicht	6	.2	.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

das Vorgehen bei der Erledigung einer Aufgabe

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	37	1.3	1.3	1.3
	selten	143	5.0	5.0	6.3
	manchmal	460	16.1	16.1	22.4
	oft	1428	50.0	50.0	72.4
	immer	780	27.3	27.3	99.8
	Ich weiss nicht	7	.2	.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Ihr Arbeitstempo oder Ihren Arbeitsrhythmus

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	40	1.4	1.4	1.4
	selten	191	6.7	6.7	8.1
	manchmal	595	20.8	20.8	28.9
	oft	1387	48.6	48.6	77.5
	immer	629	22.0	22.0	99.5
	Ich weiss nicht	13	.5	.5	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wenn Sie an Ihren Hauptberuf denken, wie oft trifft Folgendes auf Ihre Arbeitssituation zu? Ihre Kollegen/-innen helfen Ihnen und unterstützen Sie.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	10	.4	.4	.4
	selten	97	3.4	3.4	3.7
	manchmal	469	16.4	16.4	20.2
	oft	1074	37.6	37.6	57.8
	immer	1183	41.4	41.4	99.2
	nicht zutreffend	17	.6	.6	99.8
	Ich weiss nicht	5	.2	.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Sie werden um Ihre Meinung gefragt, bevor Ziele für Ihre Arbeit festgelegt werden.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	70	2.5	2.5	2.5
	selten	207	7.3	7.3	9.7
	manchmal	534	18.7	18.7	28.4
	oft	1204	42.2	42.2	70.6
	immer	774	27.1	27.1	97.7
	nicht zutreffend	31	1.1	1.1	98.8
	Ich weiss nicht	35	1.2	1.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Sie haben das Gefühl, eine sinnvolle Arbeit zu verrichten.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	11	.4	.4	.4
	selten	61	2.1	2.1	2.5
	manchmal	386	13.5	13.5	16.0
	oft	1511	52.9	52.9	69.0
	immer	871	30.5	30.5	99.5
	nicht zutreffend	5	.2	.2	99.6
	Ich weiss nicht	10	.4	.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Sie können Entscheidungen, die für Ihre Arbeit wichtig sind, beeinflussen.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	39	1.4	1.4	1.4
	selten	191	6.7	6.7	8.1
	manchmal	836	29.3	29.3	37.3
	oft	1329	46.5	46.5	83.9
	immer	429	15.0	15.0	98.9
	nicht zutreffend	12	.4	.4	99.3
	Ich weiss nicht	19	.7	.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Die zur Erledigung meiner Arbeit im Homeoffice notwendigen Informationen stehen mir zur Verfügung.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	2257	79.1	79.1	79.1
	Trifft eher zu	546	19.1	19.1	98.2
	Trifft weder zu noch nicht zu	39	1.4	1.4	99.5
	Trifft eher nicht zu	9	.3	.3	99.9
	Trifft nicht zu	1	.0	.0	99.9
	Ich weiss nicht	3	.1	.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wie oft schliesst Ihr Hauptberuf Folgendes ein ...?schmerzhafte oder ermüdende Körperhaltungen

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	889	31.1	31.1	31.1
	selten	928	32.5	32.5	63.6
	manchmal	768	26.9	26.9	90.5
	oft	225	7.9	7.9	98.4
	immer	36	1.3	1.3	99.7
	Ich weiss nicht	9	.3	.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

stets gleiche Hand- oder Armbewegungen

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	587	20.6	20.6	20.6
	selten	509	17.8	17.8	38.4
	manchmal	571	20.0	20.0	58.4
	oft	872	30.5	30.5	88.9
	immer	290	10.2	10.2	99.1
	Ich weiss nicht	26	.9	.9	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Situationen, die für Sie persönlich emotional belastend sind

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	617	21.6	21.6	21.6
	selten	1243	43.5	43.5	65.1
	manchmal	805	28.2	28.2	93.3
	oft	167	5.8	5.8	99.2
	immer	9	.3	.3	99.5
	Ich weiss nicht	14	.5	.5	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wie ist Ihr Gesundheitszustand im Allgemeinen? Ist er...

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	sehr gut	845	29.6	29.6	29.6
	gut	1624	56.9	56.9	86.5
	mittelmässig	352	12.3	12.3	98.8
	schlecht	29	1.0	1.0	99.8
	sehr schlecht	4	.1	.1	100.0
	Ich weiss nicht	1	.0	.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wie oft ist es in den letzten 12 Monaten vorgekommen, dass Sie gearbeitet haben, obwohl Sie sich krank fühlten?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	474	16.6	16.6	16.6
	1-2 mal	1368	47.9	47.9	64.5
	3-4 mal	573	20.1	20.1	84.6
	5-6 mal	169	5.9	5.9	90.5
	häufiger als 6 mal	161	5.6	5.6	96.1
	Ich habe mich nie krank ge- fühl.	66	2.3	2.3	98.5
	Ich weiss nicht	44	1.5	1.5	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Hatten Sie in den letzten 12 Monaten Beschwerden (Schmerzen, Stechen, Ziehen) in folgenden Körperregionen? Nacken

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	737	25.8	25.8	25.8
	1-7 Tage	1009	35.3	35.3	61.2
	8-30 Tage	511	17.9	17.9	79.1
	mehr als 30 Tage, aber nicht täglich	394	13.8	13.8	92.9
	täglich	176	6.2	6.2	99.0
	Ich weiss nicht	28	1.0	1.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Schultern

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	1034	36.2	36.2	36.2
	1-7 Tage	881	30.9	30.9	67.1
	8-30 Tage	439	15.4	15.4	82.5
	mehr als 30 Tage, aber nicht täglich	319	11.2	11.2	93.6
	täglich	150	5.3	5.3	98.9
	Ich weiss nicht	32	1.1	1.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Oberer Rücken

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	1344	47.1	47.1	47.1
	1-7 Tage	803	28.1	28.1	75.2
	8-30 Tage	324	11.3	11.3	86.5
	mehr als 30 Tage, aber nicht täglich	252	8.8	8.8	95.4
	täglich	97	3.4	3.4	98.8
	Ich weiss nicht	35	1.2	1.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Unterer Rücken (Kreuz)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	1029	36.0	36.0	36.0
	1-7 Tage	920	32.2	32.2	68.3
	8-30 Tage	481	16.8	16.8	85.1
	mehr als 30 Tage, aber nicht täglich	268	9.4	9.4	94.5
	täglich	125	4.4	4.4	98.9
	Ich weiss nicht	32	1.1	1.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Arme/Ellbogen

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	2192	76.8	76.8	76.8
	1-7 Tage	358	12.5	12.5	89.3
	8-30 Tage	145	5.1	5.1	94.4
	mehr als 30 Tage, aber nicht täglich	84	2.9	2.9	97.3
	täglich	36	1.3	1.3	98.6
	Ich weiss nicht	40	1.4	1.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Hände/Handgelenke

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	1895	66.4	66.4	66.4
	1-7 Tage	563	19.7	19.7	86.1
	8-30 Tage	219	7.7	7.7	93.8
	mehr als 30 Tage, aber nicht täglich	107	3.7	3.7	97.5
	täglich	41	1.4	1.4	98.9
	Ich weiss nicht	30	1.1	1.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Hüftgelenke/Oberschenkel

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	2124	74.4	74.4	74.4
	1-7 Tage	382	13.4	13.4	87.8
	8-30 Tage	171	6.0	6.0	93.8
	mehr als 30 Tage, aber nicht täglich	107	3.7	3.7	97.5
	täglich	35	1.2	1.2	98.7
	Ich weiss nicht	36	1.3	1.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Knie/Unterschenkel/Füsse

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	1944	68.1	68.1	68.1
	1-7 Tage	459	16.1	16.1	84.2
	8-30 Tage	229	8.0	8.0	92.2
	mehr als 30 Tage, aber nicht täglich	125	4.4	4.4	96.6
	täglich	64	2.2	2.2	98.8
	Ich weiss nicht	34	1.2	1.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wie oft hatten Sie in den letzten drei Monaten eine oder mehrere der folgenden Beschwerden? Müdigkeit

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	125	4.4	4.4	4.4
	eher selten	561	19.6	19.6	24.0
	gelegentlich	1072	37.5	37.5	61.6
	eher oft	656	23.0	23.0	84.6
	sehr oft	436	15.3	15.3	99.8
	Ich weiss nicht	5	.2	.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Kopfschmerzen

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	656	23.0	23.0	23.0
	eher selten	1012	35.4	35.4	58.4
	gelegentlich	759	26.6	26.6	85.0
	eher oft	300	10.5	10.5	95.5
	sehr oft	122	4.3	4.3	99.8
	Ich weiss nicht	6	.2	.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Übelkeit/Schwindel

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	1783	62.5	62.5	62.5
	eher selten	722	25.3	25.3	87.7
	gelegentlich	250	8.8	8.8	96.5
	eher oft	67	2.3	2.3	98.8
	sehr oft	24	.8	.8	99.7
	Ich weiss nicht	9	.3	.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Konzentrationsschwierigkeiten

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	792	27.7	27.7	27.7
	eher selten	1095	38.4	38.4	66.1
	gelegentlich	700	24.5	24.5	90.6
	eher oft	188	6.6	6.6	97.2
	sehr oft	74	2.6	2.6	99.8
	Ich weiss nicht	6	.2	.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Atemwegserkrankungen

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	1986	69.6	69.6	69.6
	eher selten	574	20.1	20.1	89.7
	gelegentlich	197	6.9	6.9	96.6
	eher oft	65	2.3	2.3	98.8
	sehr oft	22	.8	.8	99.6
	Ich weiss nicht	11	.4	.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Einschlaf- und Durchschlafstörungen

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	893	31.3	31.3	31.3
	eher selten	838	29.4	29.4	60.6
	gelegentlich	649	22.7	22.7	83.4
	eher oft	258	9.0	9.0	92.4
	sehr oft	211	7.4	7.4	99.8
	Ich weiss nicht	6	.2	.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Magenbeschwerden, Durchfall, Verstopfung

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	1293	45.3	45.3	45.3
	eher selten	897	31.4	31.4	76.7
	gelegentlich	436	15.3	15.3	92.0
	eher oft	163	5.7	5.7	97.7
	sehr oft	57	2.0	2.0	99.7
	Ich weiss nicht	9	.3	.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Herz-/Kreislaufprobleme

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	2337	81.9	81.9	81.9
	eher selten	353	12.4	12.4	94.2
	gelegentlich	110	3.9	3.9	98.1
	eher oft	21	.7	.7	98.8
	sehr oft	18	.6	.6	99.4
	Ich weiss nicht	16	.6	.6	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Augenbeschwerden

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	1364	47.8	47.8	47.8
	eher selten	781	27.4	27.4	75.1
	gelegentlich	435	15.2	15.2	90.4
	eher oft	200	7.0	7.0	97.4
	sehr oft	70	2.5	2.5	99.8
	Ich weiss nicht	5	.2	.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Haben sich folgende Verhaltensweisen verändert, an Tagen, an welchen Sie Homeoffice machen: Tabakkonsum

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	weniger	71	2.5	2.5	2.5
	keine Veränderung	502	17.6	17.6	20.1
	mehr	129	4.5	4.5	24.6
	betrifft mich nicht	2147	75.2	75.2	99.8
	Ich weiss nicht	6	.2	.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Alkoholkonsum

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	weniger	81	2.8	2.8	2.8
	keine Veränderung	1192	41.8	41.8	44.6
	mehr	28	1.0	1.0	45.6
	betrifft mich nicht	1540	53.9	53.9	99.5
	Ich weiss nicht	14	.5	.5	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Nutzung von Social Media, Streaming-Angeboten, Gaming

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	weniger	114	4.0	4.0	4.0
	keine Veränderung	1515	53.1	53.1	57.1
	mehr	308	10.8	10.8	67.8
	betrifft mich nicht	890	31.2	31.2	99.0
	Ich weiss nicht	28	1.0	1.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Geld-/Glücksspiele

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	weniger	36	1.3	1.3	1.3
	keine Veränderung	529	18.5	18.5	19.8
	mehr	2	.1	.1	19.9
	betrifft mich nicht	2275	79.7	79.7	99.5
	Ich weiss nicht	13	.5	.5	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wie häufig kommt es vor, dass Sie sich einsam fühlen?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	1934	67.7	67.7	67.7
	manchmal	783	27.4	27.4	95.2
	ziemlich häufig	78	2.7	2.7	97.9
	sehr häufig	42	1.5	1.5	99.4
	Ich weiss nicht	18	.6	.6	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wie häufig haben Sie sich in den letzten 12 Monaten bei der Arbeit gestresst gefühlt?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	319	11.2	11.2	11.2
	manchmal	1886	66.1	66.1	77.2
	ziemlich häufig	471	16.5	16.5	93.7
	sehr häufig	167	5.8	5.8	99.6
	Ich weiss nicht	12	.4	.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Ich habe mich in den letzten 4 Wochen gefühlt: Sehr nervös

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	1038	36.4	36.4	36.4
	selten	1025	35.9	35.9	72.3
	manchmal	660	23.1	23.1	95.4
	meistens	113	4.0	4.0	99.3
	immer	12	.4	.4	99.8
	Ich weiss nicht	7	.2	.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

So niedergeschlagen oder verstimmt, dass mich nichts aufmuntern konnte

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	1769	62.0	62.0	62.0
	selten	651	22.8	22.8	84.8
	manchmal	349	12.2	12.2	97.0
	meistens	65	2.3	2.3	99.3
	immer	9	.3	.3	99.6
	Ich weiss nicht	12	.4	.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ruhig, ausgeglichen und gelassen

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	36	1.3	1.3	1.3
	selten	175	6.1	6.1	7.4
	manchmal	492	17.2	17.2	24.6
	meistens	2007	70.3	70.3	94.9
	immer	136	4.8	4.8	99.7
	Ich weiss nicht	9	.3	.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Entmutigt und deprimiert

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	1418	49.7	49.7	49.7
	selten	876	30.7	30.7	80.4
	manchmal	457	16.0	16.0	96.4
	meistens	82	2.9	2.9	99.2
	immer	9	.3	.3	99.5
	Ich weiss nicht	13	.5	.5	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Glücklich

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	16	.6	.6	.6
	selten	130	4.6	4.6	5.1
	manchmal	577	20.2	20.2	25.3
	meistens	1904	66.7	66.7	92.0
	immer	214	7.5	7.5	99.5
	Ich weiss nicht	14	.5	.5	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Voller Leben

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	47	1.6	1.6	1.6
	selten	240	8.4	8.4	10.1
	manchmal	791	27.7	27.7	37.8
	meistens	1540	53.9	53.9	91.7
	immer	213	7.5	7.5	99.2
	Ich weiss nicht	24	.8	.8	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Voller Energie

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	56	2.0	2.0	2.0
	selten	287	10.1	10.1	12.0
	manchmal	998	35.0	35.0	47.0
	meistens	1367	47.9	47.9	94.9
	immer	129	4.5	4.5	99.4
	Ich weiss nicht	18	.6	.6	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Erschöpft

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	462	16.2	16.2	16.2
	selten	977	34.2	34.2	50.4
	manchmal	1090	38.2	38.2	88.6
	meistens	288	10.1	10.1	98.7
	immer	28	1.0	1.0	99.6
	Ich weiss nicht	10	.4	.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Müde

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nie	76	2.7	2.7	2.7
	selten	860	30.1	30.1	32.8
	manchmal	1447	50.7	50.7	83.5
	meistens	425	14.9	14.9	98.4
	immer	41	1.4	1.4	99.8
	Ich weiss nicht	6	.2	.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Wie häufig haben Sie sich wegen der Arbeit Sorgen gemacht, auch wenn Sie nicht am Arbeiten waren?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	immer	10	.4	.4	.4
	meistens	124	4.3	4.3	4.7
	manchmal	933	32.7	32.7	37.4
	selten	1271	44.5	44.5	81.9
	nie	510	17.9	17.9	99.8
	Ich weiss nicht	7	.2	.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Kommen Sie in Ihrer Freizeit mindestens einmal pro Woche durch körperliche Betätigung zum Schwitzen? z.B. durch Joggen, sportliches Velofahren, Sport treiben usw.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	2314	81.1	81.1	81.1
	nein	523	18.3	18.3	99.4
	Ich weiss nicht	18	.6	.6	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Verändert sich Ihr Bewegungsverhalten an Tagen, an denen Sie Homeoffice machen?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	mehr Bewegung	866	30.3	30.3	30.3
	keine Veränderung	930	32.6	32.6	62.9
	weniger Bewegung	1013	35.5	35.5	98.4
	Ich weiss nicht	46	1.6	1.6	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Verändert sich Ihr Essverhalten an Tagen, an denen Sie Homeoffice machen?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewogener	908	31.8	31.8	31.8
	keine Veränderung	1530	53.6	53.6	85.4
	weniger ausgewogen	381	13.3	13.3	98.7
	Ich weiss nicht	36	1.3	1.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Welche Vorgaben gibt es in Ihrem Betrieb zu Homeoffice?allgemeines Reglement

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	2156	75.5	75.5	75.5
	nicht ausgewählt	699	24.5	24.5	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

individuelle schriftliche Vereinbarung

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	369	12.9	12.9	12.9
	nicht ausgewählt	2486	87.1	87.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Generalarbeitsvertrag (GAV)

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	350	12.3	12.3	12.3
	nicht ausgewählt	2505	87.7	87.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

allgemeine mündliche Vereinbarung

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	278	9.7	9.7	9.7
	nicht ausgewählt	2577	90.3	90.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

individuelle mündliche Vereinbarung

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	242	8.5	8.5	8.5
	nicht ausgewählt	2613	91.5	91.5	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Andere

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	47	1.6	1.6	1.6
	nicht ausgewählt	2808	98.4	98.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Keine

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	30	1.1	1.1	1.1
	nicht ausgewählt	2825	98.9	98.9	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Ich weiss nicht

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Ich weiss nicht	312	10.9	100.0	100.0
Fehlend	System	2543	89.1		
Gesamt		2855	100.0		

Können Sie vor Ort im Betrieb arbeiten, wenn Sie das möchten?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	2654	93.0	93.0	93.0
	Trifft eher zu	158	5.5	5.5	98.5
	Trifft weder zu noch nicht zu	10	.4	.4	98.8
	Trifft eher nicht zu	17	.6	.6	99.4
	Trifft nicht zu	11	.4	.4	99.8
	Ich weiss nicht	5	.2	.2	100.0
Gesamt		2855	100.0	100.0	

Bietet Ihr Arbeitgeber Schulungen an zur Arbeit im Homeoffice?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ja	601	21.1	21.1	21.1
	nein	1118	39.2	39.2	60.2
	Ich weiss nicht	1136	39.8	39.8	100.0
Gesamt		2855	100.0	100.0	

Welche Schulungen zur Arbeit im Homeoffice bietet Ihr Arbeitgeber an?Ergonomie

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	516	18.1	18.1	18.1
	nicht ausgewählt	2339	81.9	81.9	100.0
Gesamt		2855	100.0	100.0	

Rechte und Pflichten

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	282	9.9	9.9	9.9
	nicht ausgewählt	2573	90.1	90.1	100.0
Gesamt		2855	100.0	100.0	

Datenschutz

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	457	16.0	16.0	16.0
	nicht ausgewählt	2398	84.0	84.0	100.0
Gesamt		2855	100.0	100.0	

Selbstorganisation

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	278	9.7	9.7	9.7
	nicht ausgewählt	2577	90.3	90.3	100.0
Gesamt		2855	100.0	100.0	

Anhang

Selbstsorge

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	249	8.7	8.7	8.7
	nicht ausgewählt	2606	91.3	91.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

andere

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	ausgewählt	48	1.7	1.7	1.7
	nicht ausgewählt	2807	98.3	98.3	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ich wurde über die sachgerechte Nutzung des Homeoffice-Arbeitsplatzes aus ergonomischer Sicht informiert.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	1040	36.4	36.4	36.4
	Trifft eher zu	657	23.0	23.0	59.4
	Trifft weder zu noch nicht zu	233	8.2	8.2	67.6
	Trifft eher nicht zu	277	9.7	9.7	77.3
	Trifft nicht zu	409	14.3	14.3	91.6
	Ich weiss nicht	239	8.4	8.4	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ich erhalte bei Bedarf vom Betrieb fachliche Unterstützung zur ergonomischen Einrichtung meines Homeoffice-Arbeitsplatzes.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	836	29.3	29.3	29.3
	Trifft eher zu	588	20.6	20.6	49.9
	Trifft weder zu noch nicht zu	213	7.5	7.5	57.3
	Trifft eher nicht zu	227	8.0	8.0	65.3
	Trifft nicht zu	364	12.7	12.7	78.0
	Ich weiss nicht	627	22.0	22.0	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ich erhalte bei IT-Problemen bei der Arbeit im Homeoffice Unterstützung von meinem Arbeitgeber (z.B. bei schlechter Internetverbindung, Programmabstürzen, nicht funktionierenden Geräten, etc.).

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	1614	56.5	56.5	56.5
	Trifft eher zu	756	26.5	26.5	83.0
	Trifft weder zu noch nicht zu	107	3.7	3.7	86.8
	Trifft eher nicht zu	134	4.7	4.7	91.5
	Trifft nicht zu	88	3.1	3.1	94.5
	Ich weiss nicht	156	5.5	5.5	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Anhang

Mein:e Vorgesetzte:r thematisiert in Gesprächen regelmässig Herausforderungen der Arbeit im Homeoffice.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	234	8.2	8.2	8.2
	Trifft eher zu	405	14.2	14.2	22.4
	Trifft weder zu noch nicht zu	543	19.0	19.0	41.4
	Trifft eher nicht zu	637	22.3	22.3	63.7
	Trifft nicht zu	929	32.5	32.5	96.3
	Ich weiss nicht	107	3.7	3.7	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Ich erhalte als Führungsperson bei Bedarf Unterstützung zu Fragestellungen von Mitarbeitenden, die im Homeoffice arbeiten.

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Trifft zu	180	6.3	34.4	34.4
	Trifft eher zu	133	4.7	25.4	59.8
	Trifft weder zu noch nicht zu	52	1.8	9.9	69.8
	Trifft eher nicht zu	42	1.5	8.0	77.8
	Trifft nicht zu	46	1.6	8.8	86.6
	Ich weiss nicht	70	2.5	13.4	100.0
	Gesamt	523	18.3	100.0	
Fehlend	System	2332	81.7		
Gesamt		2855	100.0		

Welche der folgenden Antwortmöglichkeiten beschreibt am besten, mit welchem Geschlecht Sie sich identifizieren?

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Männlich	1277	44.7	44.7	44.7
	Weiblich	1541	54.0	54.0	98.7
	Andere	2	.1	.1	98.8
	Ich möchte keine Angabe machen	35	1.2	1.2	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

A-5.2 Metrische Variablen, Verteilungskennwerte

		Wie viele Stunden pro Woche arbeiten Sie in Ihrer beruflichen Haupttätigkeit üblicherweise zu Hause?	Wieviel Prozent einer Vollzeitstelle entspricht Ihre Teilzeitstelle?	Wie lange arbeiten Sie schon bei Ihrem Arbeitgeber (Haupttätigkeit)?	Wie viel Zeit benötigen Sie üblicherweise pro Tag für den Weg zur Arbeit und wieder zurück, an Tagen, an denen Sie nicht im Homeoffice arbeiten?	Wie viele Stunden pro Woche arbeiten Sie normalerweise?
N	Gültig	2742	2853	2849	2835	2816
	Fehlend	113	2	6	20	39
Mittelwert		16.36	88.62	10.72	75.47	37.90
Median		17.00	100.00	8.00	60.00	42.00
Std.-Abweichung		6.91	16.47	9.85	52.36	8.04
Minimum		0.50	10.00	0.00	0.00	2.00
Maximum		44.00	100.00	48.00	600.00	70.00
Perzentile	25	10.00	80.00	3.00	40.00	34.00
	50	17.00	100.00	8.00	60.00	42.00
	75	20.00	100.00	16.00	100.00	42.00

		An wie vielen Tagen im Monat arbeiten Sie normalerweise mehr als 10 Stunden am Tag?	Bei Ihrer Tätigkeit im Homeoffice: Wie gross ist der Zeitanteil von Videokonferenzen?	An wie vielen Tagen in den letzten 12 Monaten waren Sie von der Arbeit abwesend wegen Krankheit oder Unfall?	Wie alt sind Sie?	Wie viele Kinder bis und mit 15 Jahre leben in Ihrem Haushalt?
N	Gültig	2602	2441	2668	2789	2825
	Fehlend	253	414	187	66	30
Mittelwert		2.03	19.88	4.64	43.31	0.58
Median		1.00	15.00	2.00	44.00	0.00
Std.-Abweichung		3.03	17.35	13.60	11.24	0.89
Minimum		0.00	0.00	0.00	17.00	0.00
Maximum		30.00	90.00	250.00	68.00	4.00
Perzentile	25	0.00	5.00	0.00	34.00	0.00
	50	1.00	15.00	2.00	44.00	0.00
	75	3.00	30.00	5.00	53.00	1.00

		Skala Wohlbefinden	Skala Ermüdung
N	Gültig	2815	2828
	Fehlend	40	27
Mittelwert		76.21	60.83
Median		80.00	62.50
Std.-Abweichung		15.08	17.23
Minimum		5	0
Maximum		100	100
Perzentile	25	70.00	50.00
	50	80.00	62.50
	75	85.00	75.00

A-6 Häufigkeitstabellen Fotoanalyse

Wochentag

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Dienstag	36	25.0	25.0	25.0
	Donnerstag	17	11.8	11.8	36.8
	Freitag	21	14.6	14.6	51.4
	Mittwoch	26	18.1	18.1	69.4
	Montag	43	29.9	29.9	99.3
	Samstag	1	.7	.7	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Start_Sprache

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	de	117	81.3	81.3	81.3
	fr	23	16.0	16.0	97.2
	it	4	2.8	2.8	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Anzahl_Bild1_Arbeitsplatz_Vorderansicht

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	0	6	4.2	4.2	4.2
	1	138	95.8	95.8	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Bild1_Raum_zu_klein

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nicht ausgewählt	122	84.7	84.7	84.7
	ausgewählt	22	15.3	15.3	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Anhang

Bild1_Objekte_verstellen_Sicht

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nicht ausgewählt	140	97.2	97.2	97.2
	ausgewählt	4	2.8	2.8	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Bild1_weitere

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nicht ausgewählt	134	93.1	93.1	93.1
	ausgewählt	10	6.9	6.9	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Anzahl_Bild2_Arbeitsplatz_Arbeitsbereich

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	0	14	9.7	9.7	9.7
	1	130	90.3	90.3	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Bild2_Raum_zu_klein

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nicht ausgewählt	142	98.6	98.6	98.6
	ausgewählt	2	1.4	1.4	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Bild2_Objekte_verstellen_Sicht

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nicht ausgewählt	141	97.9	97.9	97.9
	ausgewählt	3	2.1	2.1	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Bild2_weitere

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nicht ausgewählt	139	96.5	96.5	96.5
	ausgewählt	5	3.5	3.5	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Anzahl_Bild3_Seitenansicht

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	0	38	26.4	26.4	26.4
	1	106	73.6	73.6	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Anhang

Bild3_Raum_zu_klein

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nicht ausgewählt	133	92.4	92.4	92.4
	ausgewählt	11	7.6	7.6	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Bild3_Objekte_verstellen_Sicht

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nicht ausgewählt	131	91.0	91.0	91.0
	ausgewählt	13	9.0	9.0	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Bild3_weitere

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	nicht ausgewählt	129	89.6	89.6	89.6
	ausgewählt	15	10.4	10.4	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

SummeFotos

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	1	10	6.9	6.9	6.9
	2	38	26.4	26.4	33.3
	3	96	66.7	66.7	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Beurteilung

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Doppel	20	13.9	13.9	13.9
	Einzel	124	86.1	86.1	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Zugang_Arbeitsplatz

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	122	84.7	84.7	84.7
	Entspricht nicht Anforde- rungen	1	.7	.7	85.4
	Nicht beurteilbar	21	14.6	14.6	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Bewegungsraum_Breite

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	137	95.1	95.1	95.1
	Entspricht nicht Anforde- rungen	1	.7	.7	95.8
	Nicht beurteilbar	6	4.2	4.2	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Anhang

Bewegungsraum_Tiefe

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	84	58.3	58.3	58.3
	Entspricht nicht Anforde- rungen	13	9.0	9.0	67.4
	Nicht beurteilbar	47	32.6	32.6	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Beinraum

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	110	76.4	76.4	76.4
	Entspricht nicht Anforde- rungen	16	11.1	11.1	87.5
	Nicht beurteilbar	17	11.8	11.8	99.3
	kein einheitliches Rating	1	.7	.7	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Stuhl_Kippsicherheit

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	121	84.0	84.0	84.0
	Entspricht nicht Anforde- rungen	2	1.4	1.4	85.4
	Nicht beurteilbar	21	14.6	14.6	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Sitzhöhe_verstellbar

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	106	73.6	73.6	73.6
	Entspricht nicht Anforde- rungen	16	11.1	11.1	84.7
	Nicht beurteilbar	22	15.3	15.3	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Sitzhöhe_IST

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	17	11.8	11.8	11.8
	Entspricht nicht Anforde- rungen	14	9.7	9.7	21.5
	Nicht beurteilbar	111	77.1	77.1	98.6
	kein einheitliches Rating	2	1.4	1.4	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Anhang

Höhe_Rückenlehne

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	96	66.7	66.7	66.7
	Entspricht nicht Anforderungen	30	20.8	20.8	87.5
	Nicht beurteilbar	18	12.5	12.5	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Form_Rückenlehne

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	89	61.8	61.8	61.8
	Entspricht nicht Anforderungen	32	22.2	22.2	84.0
	Nicht beurteilbar	22	15.3	15.3	99.3
	kein einheitliches Rating	1	.7	.7	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Pulthöhe_verstellbar

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	54	37.5	37.5	37.5
	Entspricht nicht Anforderungen	82	56.9	56.9	94.4
	Nicht beurteilbar	8	5.6	5.6	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Pulthöhe_IST

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	11	7.6	7.6	7.6
	Entspricht nicht Anforderungen	24	16.7	16.7	24.3
	Nicht beurteilbar	109	75.7	75.7	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Pulttiefe

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	93	64.6	64.6	64.6
	Entspricht nicht Anforderungen	45	31.3	31.3	95.8
	Nicht beurteilbar	6	4.2	4.2	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Pultbreite

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	124	86.1	86.1	86.1
	Entspricht nicht Anforderungen	18	12.5	12.5	98.6
	Nicht beurteilbar	2	1.4	1.4	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Anhang

Pultoberfläche

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	119	82.6	82.6	82.6
	Entspricht nicht Anforderungen	22	15.3	15.3	97.9
	Nicht beurteilbar	2	1.4	1.4	99.3
	kein einheitliches Rating	1	.7	.7	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Sehdistanz

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	54	37.5	37.5	37.5
	Entspricht nicht Anforderungen	13	9.0	9.0	46.5
	Nicht beurteilbar	75	52.1	52.1	98.6
	kein einheitliches Rating	2	1.4	1.4	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Tastatur_vorhanden

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	128	88.9	88.9	88.9
	Entspricht nicht Anforderungen	16	11.1	11.1	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Maus_vorhanden

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	140	97.2	97.2	97.2
	Entspricht nicht Anforderungen	4	2.8	2.8	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Bildschirm_vorhanden

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	137	95.1	95.1	95.1
	Entspricht nicht Anforderungen	7	4.9	4.9	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Bildschirmdiagonale

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	118	81.9	81.9	81.9
	Entspricht nicht Anforderungen	25	17.4	17.4	99.3
	Nicht beurteilbar	1	.7	.7	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Bildschirmpositionierung

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	137	95.1	95.1	95.1
	Entspricht nicht Anforderungen	7	4.9	4.9	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Blendung

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	90	62.5	62.5	62.5
	Entspricht nicht Anforderungen	38	26.4	26.4	88.9
	Nicht beurteilbar	13	9.0	9.0	97.9
	kein einheitliches Rating	3	2.1	2.1	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

Tageslicht

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Pro- zente	Kumulierte Prozente
Gültig	Entspricht Anforderungen	123	85.4	85.4	85.4
	Entspricht nicht Anforderungen	1	.7	.7	86.1
	Nicht beurteilbar	20	13.9	13.9	100.0
	Gesamt	144	100.0	100.0	

A-7 Qualitative Auswertung Bemerkungen

Die 367 Rückmeldungen der Teilnehmenden aus der Befragung (13% der Stichprobe) können wie folgt zusammengefasst werden:

- Etwas mehr als 1/3 der Bemerkungen (136) bezog sich auf die Vorteile von Homeoffice: u.a. Zeiterparnis / Wegfall Arbeitsweg, bessere Vereinbarkeit Arbeit und Familie, längere Schlafdauer; weniger Störungen, bessere Konzentration / Effizienz / Produktivität; bessere Verpflegung, mehr Bewegung; bessere Einrichtung als im Büro / Luftqualität / Temperatur / weniger Lärm; Arbeiten während Rehabilitation / chronischen Beschwerden / Beeinträchtigungen (physisch und psychisch).
- Bei 47 Nennungen wurden Vorteile von hybrider Arbeit (Mix vor Ort- und Homeoffice) genannt.
- Weitere Clusterthemen waren Beschwerden nicht in Zusammenhang mit der Arbeit (37 Nennungen), Regelungen zu Homeoffice / Aufteilung Anteile Homeoffice und Büro (34 Nennungen) und Entschädigung bzw. Zuschüsse zur Einrichtung Homeoffice (29 Nennungen).

Von den 31 Teilnehmenden, welche angaben, 100% ihrer Arbeitszeit im Homeoffice zu verbringen, kam in 13 Fällen (42%) eine Bemerkung. Im Vordergrund stand auch hier die Ersparnis des Arbeitswegs (7 Nennungen), gefolgt von der Raumsituation im Büro.

A-8 Gruppenvariablen

Gruppenvariable «Gut eingerichtete Homeoffice-Arbeitsplätze»

Aus Expertensicht und in Anlehnung an die Tabelle 1 einbezogen:

- Frage nach bequemer Stuhlhöhe: Antwort «ja»
- Frage nach Polsterung der Sitzfläche: Antwort «ja»
- Frage nach Unterstützung durch Rückenlehne: Antwort «ja»
- Frage nach freiem Bewegungsraum unter dem Tisch: Antwort «ja»
- Fragen nach der Unterstützung der Unterarme durch den Tisch (Indikator für passende Sitz-/Tischhöhe): Antwort «ja»
- Frage nach Monitor: Antworten «1 externer Monitor/2 oder mehr externe Monitore»
- Frage nach Vorhandensein Maus und Tastatur: Antwort «vorhanden»
- Frage nach Sicht ins Freie: Antwort «ja»
- Frage nach Störung durch Lärm: Antworten «nie/selten»
- Frage nach dem regelmässigen Lüften: Antwort «ja»

Ergonomisch gut gestaltetes Homeoffice, Häufigkeiten

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	gut	1001	35.1	38.6	38.6
	nicht gut	1589	55.7	61.4	100.0
	Gesamt	2590	90.7	100.0	
Fehlend	System	265	9.3		
Gesamt		2855	100.0		

Gruppenvariable «Gut gestaltete soziale Beziehungen»

- Ich kann mich bei meiner Arbeit regelmässig austauschen mit Anderen (z. B. Kolleg:innen, Führungsperson, Kund:innen, etc.): Antworten «trifft zu/trifft eher zu»
- Mein Betrieb fördert soziale Kontakte (z. B. durch Teamanlässe, etc.): Antworten «trifft zu/trifft eher zu»
- In meinem Betrieb wird gut kommuniziert.: Antworten «trifft zu/trifft eher zu»
- In meinem Betrieb arbeiten wir gut zusammen.: Antworten «trifft zu/trifft eher zu»
- Bei meiner Arbeit erlebe ich häufig Spannungen und Konflikte: Antworten «trifft zu/trifft eher zu»

Gut gestaltete soziale Beziehungen, Häufigkeiten

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	gute soziale Gestaltung	1453	50.9	50.9	50.9
	weniger gute soziale Gestaltung	1402	49.1	49.1	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

Gruppenvariable «Gut gestaltete Arbeitsorganisation»

- Können Sie bei Ihrer beruflichen Haupttätigkeit Folgendes aussuchen bzw. ändern? -die Reihenfolge Ihrer Aufgaben: Antworten «oft/immer»
- das Vorgehen bei der Erledigung einer Aufgabe: Antworten «oft/immer»
- Ihr Arbeitstempo oder Ihren Arbeitsrhythmus: Antworten «oft/immer»
- Sie werden um Ihre Meinung gefragt, bevor Ziele für Ihre Arbeit festgelegt werden.: Antworten «oft/immer»
- Sie können Entscheidungen, die für Ihre Arbeit wichtig sind, beeinflussen.: Antworten «oft/immer»
- Die zur Erledigung meiner Arbeit im Homeoffice notwendigen Informationen stehen mir zur Verfügung.: Antworten «oft/immer»

Gut gestaltete Arbeitsorganisation, Häufigkeiten

		Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	gute Abläufe	1062	37.2	37.2	37.2
	weniger gute Abläufe	1793	62.8	62.8	100.0
	Gesamt	2855	100.0	100.0	

A-9 Fragebogen / Auswertungsmatrix

A-9.1 Befragung

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
1	BetriebID	Betrieb_ID	ID des Betriebs	a, b, c, d, e, f, g, h, i, k, l, m, n		
2	Betrieb_Branche	Betrieb_Branche	Branche des Betriebs	1 - Detailhandel 2 - Finanzdienstleistungen 3 - Gastgewerbe 4 - Verkehr Lagerei 5 - Herstellung von Waren 6 - Versicherungen 7 - Öffentliche Verwaltung		
3	Betrieb_Grösse	Betrieb_Grösse	Betriebsgrösse	1 - KMU <250 MA 2 - GU ≥ 250 MA		
4	Betrieb_Personengruppe	Betrieb_Personengruppe	Welche Personengruppen im Betrieb wurden aufgefordert teilzunehmen?	1 - alle MA 2 - Teilbereich mit Homeoffice-Aufgaben 3 - Stichprobe aus allen MA 4 - andere		
5	Betrieb>Weisung	Betrieb>Weisung	Ist eine Weisung, Reglement oder Vereinbarung zum Homeoffice vorhanden?	1 - schriftlich 2 - mündlich 3 - nein 33 - unbekannt		
6	Betrieb_Pensum	Betrieb_Pensum	Ist im Betrieb das minimale und/oder maximale Pensum für Homeoffice geregelt?	1 - Maximalpensum 2 - Minimalpensum 3 - Minimal- und Maximalpensum 4 - keine Vorgaben, Absprache Vorgesetzte notwendig 33 - unbekannt		

Anhang

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
7	Be- trieb_Ue- berstun- den	Betrieb_Über- stunden	Ist eine Weisung vorhanden, dass im Homeoffice keine Überzeit gearbeitet werden darf?	1 - ja 2 - nein 33 - unbekannt		
8	Be- trieb_Beit- rag_Mo- biliar	Betrieb_Bei- trag_Mobiliar	Bezahlt der Betrieb etwas an Mobiliar, Infrastruktur?	1 - Vollständig 2 - Anteil 3 - Pauschale 4 - keine 33 - unbekannt		
9	Be- trieb_Beit- rag_Ge- buehren	Betrieb_Bei- trag_Gebühren	Bezahlt der Betrieb etwas an Gebühren?	1 - Vollständig 2 - Anteil 3 - Pauschale 4 - keine 33 - unbekannt		
10	Be- trieb_Mo- biliar	Betrieb_Mobi- liar	Stellt Betrieb Mobiliar zur Verfügung	1 - vollständig 2 - teilweise 3 - kein Material 33 - unbekannt		
11	Be- trieb_Sch- ulungen	Betrieb_Schu- lungen	Bietet der Betrieb Schulungen zur Tätigkeit im Homeoffice an?	1 - Homeoffice-spezifisch 2 - allgemein 3 - Beratung am Arbeitsplatz 4 - ausschliesslich schriftliche Informationen / Verweis auf E-KAS-Box 5 - keine Schulungen 33 - unbekannt		
23	a002	Home- office_letzte_4 _Wochen	Haben Sie in den letzten 4 Wochen für Ihre berufliche Haupttätigkeit mindestens einmal zu Hause gearbeitet?	1 - Ja 2 - Nein -1 - Kann ich nicht beantworten	SAKE 2023	226.01
24	a003	Regelmäs- sig_Home- office	Arbeiten Sie regelmässig oder nur gelegentlich zu Hause?	1 - regelmässig 2 - gelegentlich -1 - <i>Kann ich nicht beantworten</i>	SAKE 2023	
25	a004	Stun- den_pro_Wo- che	Wie viele Stunden pro Woche arbeiten Sie in Ihrer beruflichen Haupttätigkeit üblicherweise zu Hause?	<Zahl> Stunden pro Woche -1 - kann ich nicht beantworten	SAKE 2023	226.1
26	a005	Arbeits- ort_4_Wochen	Wo haben Sie in den vergangenen 4 Wochen normalerweise gearbeitet?	1 - Vor Ort im Betrieb und im Homeoffice 2 - Ausserhalb des Betriebs und im Homeoffice 3 - Ausschliesslich im Homeoffice 4 - Andere -1 - Ich weiss nicht	AEH	
27	a006	Erwerbstätig- keit	Welche Art von Erwerbstätigkeit haben Sie in der letzten Woche gehabt?	1 - Eine Vollzeitwerbstätigkeit (100%) 2 - Eine Teilzeiterwerbstätigkeit (<100%) 3 - Mehrere Teilzeiterwerbstätigkeiten -1 - Ich weiss nicht	SGB22	05211

Anhang

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
28	a007	Stellenprozente	Wieviel Prozent einer Vollzeitstelle entspricht Ihre Teilzeitstelle?	<xx> % -1 - Ich weiss nicht	SGB22	05203
29	a010	Haupttätigkeit_Dauer	Wie lange arbeiten Sie schon bei Ihrem Arbeitgeber (Haupttätigkeit)? Bitte runden Sie auf ganze Jahre auf/ab.	<Zahl> Jahre -1 - Ich weiss nicht		
30	a011	Haupttätigkeit_Position	Welche Position haben Sie in Ihrer jetzigen beruflichen Haupttätigkeit? Sind Sie...	1 - in Ausbildung (Praktikant/in - Lernende/r) 2 - angestellt ohne Führungsfunktion (keine direkt oder indirekt unterstellten Mitarbeitenden) 3 - angestellt mit Führungsfunktion und unterstellten Mitarbeitenden (unteres und mittleres Kader) 4 - angestellt als Mitglied der Direktion oder Geschäftsleitung (Direktor:in, Mitglied der Unternehmensleitung, oberes Kader) 5 - andere -1 - Ich weiss nicht		
31	a012	Arbeitsweg	Wie viel Zeit benötigen Sie üblicherweise pro Tag für den Weg zur Arbeit und wieder zurück, an Tagen, an denen Sie nicht im Homeoffice arbeiten? (Eingabe in Minuten).	<Zahl>Minuten -1 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
32	a018	Arbeit_Freizeit	Wie häufig ist es in den letzten drei Monaten vorgekommen, dass Sie in Ihrer Freizeit gearbeitet haben, um die Arbeitsanforderungen zu erfüllen?	1 - täglich 2 - mehrmals pro Woche 3 - mehrmals pro Monat 4 - seltener 5 - nie -1 - Ich weiss nicht	EWCS CATI 2021	Q46
33	a019	Arbeit_Sonntag_Nacht	Ich habe in den letzten vier Wochen am Sonntag oder in der Nacht (24:00 - 06:00) gearbeitet.	1 - nie 2 - selten 3 - manchmal 4 - oft 5 - meistens/immer -1 - Ich weiss nicht	Interview (Banken!)	
34	a020	Schicht_Pikett	Haben Sie die Sonntags-/Nachtarbeit im Rahmen von Schichtarbeit oder Piketteinsätzen geleistet?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
35	a028	Arbeitsdauer_pro_Woche	Wie viele Stunden pro Woche arbeiten Sie normalerweise?	<Zahl> Stunden pro Woche -1 - Ich weiss nicht	SGB22	05215
36	a029	Häufigkeit_mehr_als_10_h	An wie vielen Tagen im Monat arbeiten Sie normalerweise mehr als 10 Stunden am Tag?	<Zahl> Tage im Monat -1 - Ich weiss nicht	7_2012_Flexible Arbeitszeiten in der	<10503>

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
					Schweiz	
37	a023	Arbeitsplatz_fest	Haben Sie im Betrieb einen fest zugeteilten Büroarbeitsplatz? [Kommentar] wenn nein: bitte beziehen Sie sich bei den folgenden Fragen auf den Arbeitsplatz, an dem Sie hauptsächlich arbeiten.	1 - Ja 2 - Nein -1 - Ich weiss nicht	SBiB 2010	3.1
38	a024	Arbeitsplatz_frei	Wie häufig finden Sie vor Ort im Betrieb einen freien Arbeitsplatz?	1 - nie 2 - selten 3 - häufig 4 - sehr häufig, meistens 5 - immer -1 - Ich weiss nicht		
39	a025	Hauptarbeitsplatz_Anzahl_Personen	Wie viele Personen arbeiten im Raum, in dem sich Ihr Hauptarbeitsplatz befindet?	1 - nur ich 2 - 1 weitere Person 3 - 2 - 5 weitere Personen 4 - 6 - 14 weitere Personen 5 - 15 - 49 weitere Personen 6 - mehr als 49 weitere Personen -1 - Ich weiss nicht	SBiB 2011	3.5
40	a027	Vereinbarkeit	Wie gut lassen sich Ihre Arbeitszeiten im Allgemeinen mit Ihren familiären oder sozialen Verpflichtungen ausserhalb des Berufs vereinbaren?	1 - sehr gut 2 - gut 3 - nicht sehr gut 4 - überhaupt nicht gut -1 - Ich weiss nicht	EWCS CATI 2021	Q44
41	a021	Erfassung_Arbeitsstunden	Werden Ihre Arbeitsstunden im Homeoffice erfasst?	1 - ja, alle 2 - ja, aber nur teilweise 3 - nein -1 - Ich weiss nicht	SAKE EU-Modul "Arbeitsorganisation und Arbeitszeitgestaltung"	93461
42	b001a014	Abschalten_Betrieb	Es fällt mir schwer, nach der Arbeit im Betrieb abzuschalten.	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
43	b001a015	Abschalten_Homeoffice	Es fällt mir schwer, nach der Arbeit im Homeoffice abzuschalten.	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
44	b001a016	Erreichbarkeit_Gefühl	Wenn ich im Homeoffice arbeite, habe ich das Gefühl , auch ausserhalb der üblichen Arbeitszeiten unseres Betriebs erreichbar sein zu müssen.	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu		

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
				5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
45	b001a017	Erreichbarkeit_Müssen	Wenn ich im Homeoffice arbeite, muss ich auch ausserhalb der üblichen Arbeitszeiten unseres Betriebs erreichbar sein.	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
46	a032	Videokonferenzen	Bei Ihrer Tätigkeit im Homeoffice: Wie gross ist der Zeitanteil von Videokonferenzen?	<Zahl>% -1 - Ich weiss nicht		
47	b002a030	Pausen_kurz	Ich mache regelmässige Kurzpausen bei meiner Arbeit im Homeoffice im Verlauf meines Arbeitstages.	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
48	b002a031	Pausen_lang	Wenn ich im Homeoffice 7 Stunden oder länger arbeite, mache ich mindestens eine längere Pause von 30 Minuten oder mehr (für Mahlzeiten, etc.).	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
49	a026	Zufriedenheit_Homeoffice_Arbeitsplatz	Wie zufrieden sind Sie insgesamt mit Ihrem Arbeitsplatz im Homeoffice?	1 - sehr zufrieden 2 - zufrieden 3 - weder zufrieden noch unzufrieden 4 - unzufrieden 5 - sehr unzufrieden -1 - Ich weiss nicht		
50	a033a	Arbeitsort_Arbeitszimmer_allein	Wo ist Ihr üblicher Arbeitsort im Homeoffice? Wählen Sie bitte alle zutreffenden Elemente aus.	Y - Arbeitszimmer (alleinige Nutzung)		
51	a033b	Arbeitsort_Arbeitszimmer_gemeinsam	Wo ist Ihr üblicher Arbeitsort im Homeoffice? Wählen Sie bitte alle zutreffenden Elemente aus.	Y - Arbeitszimmer (gemeinschaftliche Nutzung)		
52	a033c	Arbeitsort_Arbeitssecke_innenhalb	Wo ist Ihr üblicher Arbeitsort im Homeoffice? Wählen Sie bitte alle zutreffenden Elemente aus.	Y - feste Arbeitsecke innerhalb des Wohnbereichs (Wohnzimmer, Schlafzimmer, Küche)		
53	a033d	Arbeitsort_Arbeitssecke_ausserhalb	Wo ist Ihr üblicher Arbeitsort im Homeoffice? Wählen Sie bitte alle zutreffenden Elemente aus.	Y - feste Arbeitsecke ausserhalb des Wohnbereichs (Bad, Estrich, Keller, Korridor)		
54	a033e	Arbeitsort_flexibel	Wo ist Ihr üblicher Arbeitsort im Homeoffice? Wählen Sie bitte alle zutreffenden Elemente aus.	Y - flexibler Arbeitsplatz (z. B. am Esstisch, am Sofatisch, auf Balkon, etc.)		

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
55	a033f	Arbeitsort_verschiedene_Orte	Wo ist Ihr üblicher Arbeitsort im Homeoffice? Wählen Sie bitte alle zutreffenden Elemente aus.	Y - an verschiedenen Orten		
56	a033g	Arbeitsort_andere	Wo ist Ihr üblicher Arbeitsort im Homeoffice? Wählen Sie bitte alle zutreffenden Elemente aus.	Y - anderes		
57	a033h	Arbeitsort_Ich_weiss_nicht	Wo ist Ihr üblicher Arbeitsort im Homeoffice? Wählen Sie bitte alle zutreffenden Elemente aus.	-1 - <i>Ich weiss nicht</i>		
58	a035a	Mobiliar_Tisch_höhenverstellbar	Mit welchem Mobiliar arbeiten Sie üblicherweise im Homeoffice? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - Sitz- / Stehtisch höhenverstellbar		
59	a035b	Mobiliar_Tisch_nicht_höhenverstellbar	Mit welchem Mobiliar arbeiten Sie üblicherweise im Homeoffice? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - Tisch nicht höhenverstellbar		
60	a035c	Mobiliar_Bürodrehstuhl	Mit welchem Mobiliar arbeiten Sie üblicherweise im Homeoffice? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - verstellbarer Bürodrehstuhl		
61	a035d	Mobiliar_Esszimmerstuhl	Mit welchem Mobiliar arbeiten Sie üblicherweise im Homeoffice? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - Esszimmerstuhl		
62	a035e	Mobiliar_Sofa	Mit welchem Mobiliar arbeiten Sie üblicherweise im Homeoffice? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - Couch/Sofa		
63	a035f	Mobiliar_Sitzen_alternativ	Mit welchem Mobiliar arbeiten Sie üblicherweise im Homeoffice? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - alternative Sitzgelegenheit (Hocker, Ball, Bank, Kiste, etc.)		
64	a035g	Mobiliar_andere	Mit welchem Mobiliar arbeiten Sie üblicherweise im Homeoffice? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - andere		
65	a035h	Mobiliar_nicht_zutreffend	Mit welchem Mobiliar arbeiten Sie üblicherweise im Homeoffice? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	-1 - <i>nicht zutreffend</i>		
66	a034	Arbeits-tisch_aufstehen	Können Sie an Ihrem Arbeitstisch im Homeoffice ungehindert absitzen und aufstehen (z. B. ohne Anstossen)?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
67	b003a036	Arbeitsstuhl_Sitzfläche	Hat Ihr Arbeitsstuhl eine gepolsterte Sitzfläche?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
68	b003a037	Arbeitsstuhl_Rückenlehne	Unterstützt die Rückenlehne Ihren Rücken beim Sitzen?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
69	b003a038	Stuhlhöhe	Ist die Stuhlhöhe so, dass Sie im Sitzen Ihre Füße bequem auf den Boden stellen können?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
70	a039	Arbeitsfläche_Tiefe	Wieviel misst die Tiefe Ihrer Arbeitsfläche? (Schätzhilfe: verwenden Sie ein A4-Papier - Kantenlänge ist ca. 30 cm)	1 - weniger als 80 cm 2 - 80 cm oder mehr -1 - Ich weiss nicht		
71	b004a040	Tisch_Bewegungsraum	Ist genügend freier Bewegungsraum für Ihre Beine und Füße unter dem Tisch vorhanden (ungehindertes Strecken möglich)?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
72	b004a041	Tisch_Unterarme	Sind Ihre Unterarme vom Tisch unterstützt, wenn Sie arbeiten?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
73	b004a042	Tisch_Wechsel	Ermöglichen Stuhl und Tisch, dass Sie regelmässig Ihre Arbeitsposition wechseln können (z. B. im Stehen arbeiten, Sitzposition verändern)?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
74	a043a	Einrichtung_Laptop	Welche der folgenden Elemente verwenden Sie bei der Einrichtung Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y- Laptop		
75	a043b	Einrichtung_DesktopPC	Welche der folgenden Elemente verwenden Sie bei der Einrichtung Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - Desktop-Computer		
76	a043c	Einrichtung_ein_Monitor	Welche der folgenden Elemente verwenden Sie bei der Einrichtung Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - Ein externer Monitor		
77	a043d	Einrichtung_2_Monitore	Welche der folgenden Elemente verwenden Sie bei der Einrichtung Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - Zwei oder mehr externe Monitore		
78	a043e	Einrichtung_Maus	Welche der folgenden Elemente verwenden Sie bei der Einrichtung Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - Maus		
79	a043f	Einrichtung_Tastatur	Welche der folgenden Elemente verwenden Sie bei der Einrichtung Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - Separate Tastatur		
80	a043g	Einrichtung_Headset	Welche der folgenden Elemente verwenden Sie bei der Einrichtung Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes?	Y - Headset / Kopfhörer		

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
			Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.			
81	a043h	Einrichtung_andere	Welche der folgenden Elemente verwenden Sie bei der Einrichtung Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - andere		
82	a043i	Einrichtung_weiss_nicht	Welche der folgenden Elemente verwenden Sie bei der Einrichtung Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	-1 - Ich weiss nicht		
83	b005a044	Bildschirm_Höhe	Ist der obere Bildschirmrand auf Augenhöhe oder leicht darunter (die Augen blicken leicht nach unten auf den Bildschirm)? Wenn Sie mit mehr als 1 Bildschirm arbeiten, bezieht sich die Frage auf den Hauptbildschirm.	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
84	b005a045	Bildschirm_Abstand	Beträgt der Abstand zwischen Ihren Augen und dem Bildschirm mindestens eine Armlänge?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
85	b005a046	Bildschirm_Blen-dung	Ist der Bildschirm so platziert, dass von den Fenstern keine Blendung und Spiegelungen auftreten?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
86	b005a047	Licht_Sicht	Haben Sie an Ihrem Homeoffice-Arbeitsplatz Sicht ins Freie?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
87	b005a048	Licht_Blen-dung	Bestehen Storen oder ein anderer Blendschutz am Fenster, um Blendung und Hitze durch Sonnenlicht zu vermeiden?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
88	b005a049	Licht_Beleuchtung	Ist die Beleuchtung für die Erledigung Ihrer üblichen Arbeit geeignet?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
89	b005a050	Raum-klima_Lüften	Können Sie die Arbeitsräumlichkeiten im Homeoffice regelmässig lüften?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
90	a051	Raum-klima_angenehm	Haben Sie im Homeoffice in der Regel ein angenehmes Raumklima (Temperatur, Luftfeuchte, Zugluft)?	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
91	a052	Lärm_Geräusche	Werden Sie bei der Arbeit im Homeoffice durch Lärm und Geräusche gestört?	1 - nie 2 - selten 3 - manchmal 4 - sehr häufig, meistens 5 - immer -1 - Ich weiss nicht		
92	a053a	Anpassung_keine	In welchen Bereichen wären Ihrer Meinung nach Anpassungen notwendig, um Ihre Arbeit im	Y- keine		

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
			Homeoffice ergonomisch zu verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Antworten.			
93	a053b	Anpassung_Mobiliar	In welchen Bereichen wären Ihrer Meinung nach Anpassungen notwendig, um Ihre Arbeit im Homeoffice ergonomisch zu verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Antworten.	Y - Mobiliar		
94	a053c	Anpassung_Geräte	In welchen Bereichen wären Ihrer Meinung nach Anpassungen notwendig, um Ihre Arbeit im Homeoffice ergonomisch zu verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Antworten.	Y - Geräte/Hilfsmittel		
95	a053d	Anpassung_Arbeitsumgebung	In welchen Bereichen wären Ihrer Meinung nach Anpassungen notwendig, um Ihre Arbeit im Homeoffice ergonomisch zu verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Antworten.	Y - Arbeitsumgebung		
96	a053e	Anpassung_ICT	In welchen Bereichen wären Ihrer Meinung nach Anpassungen notwendig, um Ihre Arbeit im Homeoffice ergonomisch zu verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Antworten.	Y - Kommunikationsmittel/Software		
97	a053f	Anpassung_Ich_weiss_nicht	In welchen Bereichen wären Ihrer Meinung nach Anpassungen notwendig, um Ihre Arbeit im Homeoffice ergonomisch zu verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Antworten.	-1 - Ich weiss nicht		
98	a054a	Anpassung_Mobiliar_Stuhl	Was würden Sie bezüglich Mobiliar verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Antworten.	Y - Stuhl		
99	a054b	Anpassung_Mobiliar_Tisch	Was würden Sie bezüglich Mobiliar verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Antworten.	Y - Tisch/Arbeitsfläche		
100	a054c	Anpassung_Mobiliar_Lampe	Was würden Sie bezüglich Mobiliar verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Antworten.	Y - Lampe/Leuchte		
101	a054d	Anpassung_Mobiliar_Andere	Was würden Sie bezüglich Mobiliar verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Antworten.	Y - Andere		
102	a055a	Anpassung_Geräte_Bildschirm	Was würden Sie bezüglich Geräte/Hilfsmittel verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Antworten.	Y - Bildschirm/e		
103	a055b	Anpassung_Geräte_Tastatur	Was würden Sie bezüglich Geräte/Hilfsmittel verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Antworten.	Y - Tastatur/Eingabegerät		

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
104	a055c	Anpas- sung_Ge- räte_Maus	Was würden Sie bezüglich Ge- räte/Hilfsmittel verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Ant- worten.	Y - Maus		
105	a055d	Anpas- sung_Ge- räte_Kopfhörer	Was würden Sie bezüglich Ge- räte/Hilfsmittel verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Ant- worten.	Y - Kopfhörer		
106	a055e	Anpas- sung_Ge- räte_Peripherie	Was würden Sie bezüglich Ge- räte/Hilfsmittel verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Ant- worten.	Y - Weitere Peripherie (Laut- sprecher/Mikrofone, etc.)		
107	a055f	Anpas- sung_Ge- räte_Andere	Was würden Sie bezüglich Ge- räte/Hilfsmittel verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Ant- worten.	Y - Andere		
108	a056a	Anpas- sung_Umge- bung_Hellig- keit	Was würden Sie bezüglich Ar- beitsumgebung verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Ant- worten.	Y - Helligkeit		
109	a056b	Anpas- sung_Umge- bung_Raum- grösse	Was würden Sie bezüglich Ar- beitsumgebung verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Ant- worten.	Y - Raumgrösse		
110	a056c	Anpas- sung_Umge- bung_Raum_a bgeschlossen	Was würden Sie bezüglich Ar- beitsumgebung verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Ant- worten.	Y - abgeschlossener Raum		
111	a056d	Anpas- sung_Umge- bung_Klima	Was würden Sie bezüglich Ar- beitsumgebung verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Ant- worten.	Y - Klima/Temperatur		
112	a056e	Anpas- sung_Umge- bung_Lärm	Was würden Sie bezüglich Ar- beitsumgebung verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Ant- worten.	Y - Geräusche/Lärm		
113	a056f	Anpas- sung_Umge- bung_Andere	Was würden Sie bezüglich Ar- beitsumgebung verbessern? Bitte wählen Sie alle passenden Ant- worten.	Y - Andere		
114	a057a	Anpas- sung_ICT_Vi- deokonferenz	Was würden Sie bezüglich Kom- munikationsmittel/Software ver- bessern? Bitte wählen Sie alle pas- senden Antworten.	Y - Videokonferenz-Tools (MS Teams, Zoom, Skype, etc.)		
115	a057b	Anpas- sung_ICT_Koll aboration	Was würden Sie bezüglich Kom- munikationsmittel/Software ver- bessern? Bitte wählen Sie alle pas- senden Antworten.	Y - Zusammenarbeit/Kollabo- ration (z. B. Sharepoint, MSTeams, etc.)		
116	a057c	Anpas- sung_ICT_An- wendungen	Was würden Sie bezüglich Kom- munikationsmittel/Software ver- bessern? Bitte wählen Sie alle pas- senden Antworten.	Y - Anwendungssoftware (Textverarbeitung, Bildbearbei- tung, etc.)		

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
117	a057d	Anpas- sung_ICT_An- dere	Was würden Sie bezüglich Kom- munikationsmittel/Software ver- bessern? Bitte wählen Sie alle pas- senden Antworten.	Y - Andere		
118	b006a05 8	Überwa- chung_ja	Meine Arbeit im Homeoffice wird durch meinen Betrieb (digital) überwacht.	5 -Trifft zu 4 -Trifft eher zu 3 -Trifft weder zu noch nicht zu 2 -Trifft eher nicht zu 1 -Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
119	b006a05 9	Überwa- chung_Gefühl	Wenn ich im Homeoffice arbeite, habe ich das Gefühl , von meinem Unternehmen überwacht zu wer- den, da ich digitale Arbeitsmittel benutze.	5 -Trifft zu 4 -Trifft eher zu 3 -Trifft weder zu noch nicht zu 2 -Trifft eher nicht zu 1 -Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
120	b007a06 0	Einrich- tung_Ressour- cen	Stellt Ihr Betrieb Ihnen für die Ein- richtung Ihres Homeoffice-Arbeits- platzes Ressourcen zur Verfü- gung? (z. B. finanzielle Mittel, Ge- räte, Mobiliar, Einkaufsvergünsti- gungen, etc.)	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
121	b007a06 1	Einrich- tung_Ressour- cen_Nutzung	Nutzen Sie das Angebot/die Ange- bote Ihres Betriebs für die Einrich- tung Ihres Homeoffice-Arbeitsplat- zes?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
122	a062a	Ressour- cen_regelmäs- siger_Pau- schalbetrag	Wie werden Sie vom Betrieb zur Einrichtung oder für den Unterhalt Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes unterstützt? Wählen Sie alle zutreffenden Ele- mente aus.	Y - regelmässiger Pauschalbe- trag		
123	a062b	Ressour- cen_einma- lige_Pauschale	Wie werden Sie vom Betrieb zur Einrichtung oder für den Unterhalt Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes unterstützt? Wählen Sie alle zutreffenden Ele- mente aus.	Y - einmalige Pauschale		
124	a062c	Ressour- cen_Spesen- abrechnung	Wie werden Sie vom Betrieb zur Einrichtung oder für den Unterhalt Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes unterstützt? Wählen Sie alle zutreffenden Ele- mente aus.	Y - Spesenabrechnung		
125	a062d	Ressour- cen_Geräte	Wie werden Sie vom Betrieb zur Einrichtung oder für den Unterhalt Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes unterstützt? Wählen Sie alle zutreffenden Ele- mente aus.	Y - Geräte (Rechner, Maus, Tastatur, Kopfhörer, etc.)		
126	a062e	Ressour- cen_Mobiliar	Wie werden Sie vom Betrieb zur Einrichtung oder für den Unterhalt	Y - Mobiliar		

Anhang

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
			Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes unterstützt? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.			
127	a062f	Ressourcen_Verbrauchsmaterial	Wie werden Sie vom Betrieb zur Einrichtung oder für den Unterhalt Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes unterstützt? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - Verbrauchsmaterial		
128	a062g	Ressourcen_Einkaufsvergünstigungen	Wie werden Sie vom Betrieb zur Einrichtung oder für den Unterhalt Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes unterstützt? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - Einkaufsvergünstigungen		
129	a062h	Ressourcen_Andere	Wie werden Sie vom Betrieb zur Einrichtung oder für den Unterhalt Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes unterstützt? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	Y - andere		
130	a062i	Ressourcen_Ich_weiss_nicht	Wie werden Sie vom Betrieb zur Einrichtung oder für den Unterhalt Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes unterstützt? Wählen Sie alle zutreffenden Elemente aus.	-1 - Ich weiss nicht		
131	b008a063	Sozial_Austausch	Ich kann mich bei meiner Arbeit regelmässig austauschen mit Anderen (z. B. Kolleg:innen, Führungsperson, Kund:innen, etc.)	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
132	b008a064	Sozial_Kontakte_fördern	Mein Betrieb fördert soziale Kontakte (z. B. durch Teamanlässe, etc.)	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
133	b008a065	Sozial_Kommunikation	In meinem Betrieb wird gut kommuniziert.	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht	2022 – OSH Pulse Survey	B1_4
134	b008a066	Sozial_Zusammenarbeit	In meinem Betrieb arbeiten wir gut zusammen.	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu		

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
				5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
135	b008a067	Zeitdruck	Bei meiner Arbeit erlebe ich hohen Zeitdruck	5 - Trifft zu 4 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 2 - Trifft eher nicht zu 1 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht	2022 – OSH Pulse Survey; abgewandelt	B1_1
136	b008a068	Konflikte	Bei meiner Arbeit erlebe ich häufig Spannungen und Konflikte	5 - Trifft zu 4 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 2 - Trifft eher nicht zu 1 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
137	b009a069	Reihenfolge_Aufgaben	Können Sie bei Ihrer beruflichen Haupttätigkeit Folgendes aussuchen bzw. ändern? A. die Reihenfolge Ihrer Aufgaben	1 - nie 2 - selten 3 - manchmal 4 - oft 5 - immer -1 - Ich weiss nicht	EWCS CATI 2021	Q54A
138	b009a070	Vorgehen_Erledigung	B. das Vorgehen bei der Erledigung einer Aufgabe	1 - nie 2 - selten 3 - manchmal 4 - oft 5 - immer -1 - Ich weiss nicht	EWCS CATI 2021	Q54B
139	b009a071	Arbeits-tempo_Arbeitsrhythmus	C. Ihr Arbeitstempo oder Ihren Arbeitsrhythmus	1 - nie 2 - selten 3 - manchmal 4 - oft 5 - immer -1 - Ich weiss nicht	EWCS CATI 2021	Q54C
140	b010a073	Kollegen_unterstützen	Wenn Sie an Ihren Hauptberuf denken, wie oft trifft Folgendes auf Ihre Arbeitssituation zu? A. Ihre Kollegen/-innen helfen Ihnen und unterstützen Sie.	1 - nie 2 - selten 3 - manchmal 4 - oft 5 - immer 33 - nicht zutreffend -1 - Ich weiss nicht	EWCS CATI 2021	Q61A2
141	b010a074	Um_Meinung_fragen	C. Sie werden um Ihre Meinung gefragt, bevor Ziele für Ihre Arbeit festgelegt werden.	1 - nie 2 - selten 3 - manchmal 4 - oft 5 - immer 33 - nicht zutreffend -1 - Ich weiss nicht	EWCS CATI 2021	Q61C
142	b010a075	Sinnvolle_Arbeit	J. Sie haben das Gefühl, eine sinnvolle Arbeit zu verrichten.	1 - nie 2 - selten 3 - manchmal 4 - oft 5 - immer	EWCS CATI 2021	Q61J

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
				33 - nicht zutreffend -1 - Ich weiss nicht		
143	b010a076	Entscheidungen_beeinflussen	N. Sie können Entscheidungen, die für Ihre Arbeit wichtig sind, beeinflussen.	1 - nie 2 - selten 3 - manchmal 4 - oft 5 - immer 33- nicht zutreffend -1 - Ich weiss nicht	EWCS CATI 2021	Q61N
144	a077	Informationen_zur_Verfügung	Die zur Erledigung meiner Arbeit im Homeoffice notwendigen Informationen stehen mir zur Verfügung.	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
145	b011a080	Beanspruchung_Körperhaltung	Wie oft schliesst Ihr Hauptberuf Folgendes ein ...? A. schmerzhaft oder ermüdende Körperhaltungen	1 - nie 2 - selten 3 - manchmal 4 - oft 5 - immer -1 - Ich weiss nicht	EWCS CATI 2021	Q30A
146	b011a081	Beanspruchung_gleiche_Bewegung	E. stets gleiche Hand- oder Armbewegungen	1 - nie 2 - selten 3 - manchmal 4 - oft 5 - immer -1 - Ich weiss nicht	EWCS CATI 2021	Q30E
147	b011a082	Beanspruchung_emotional_belastend	H. Situationen, die für Sie persönlich emotional belastend sind	1 - nie 2 - selten 3 - manchmal 4 - oft 5 - immer -1 - Ich weiss nicht	EWCS CATI 2021	Q30H
148	a100	Gesundheitszustand	Wie ist Ihr Gesundheitszustand im Allgemeinen? Ist er...	1 - sehr gut 2 - gut 3 - mittelmässig 4 - schlecht 5 - sehr schlecht -1 - Ich weiss nicht	SGB22	01000
149	a101	Krank_Unfall_12_Monate	An wie vielen Tagen in den letzten 12 Monaten waren Sie von der Arbeit abwesend wegen Krankheit oder Unfall?	<Zahl >Tage -1 - Ich weiss nicht	SBiB 2010; Andere Kategorie gegenüber SBiB	m9e2
150	a121	Präsentismus	Wie oft ist es in den letzten 12 Monaten vorgekommen, dass Sie gearbeitet haben, obwohl Sie sich krank fühlten?	1 - nie 2 - 1-2 mal 3 - 3-4 mal 4 - 5-6 mal 5 - häufiger als 6 mal 33 - ich habe mich nie krank		

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
				gefühlt -1 - Ich weiss nicht		
151	b012a083	Beschwerden_Nacken	Hatten Sie in den letzten 12 Monaten Beschwerden (Schmerzen, Stechen, Ziehen) in folgenden Körperregionen? A. Nacken	1 - nie 2 - 1-7 Tage 3 - 8-30 Tage 4 - mehr als 30 Tage, aber nicht täglich 5 -täglich -1 - Ich weiss nicht	FB*MSB	
152	b012a084	Beschwerden_Schultern	Hatten Sie in den letzten 12 Monaten Beschwerden (Schmerzen, Stechen, Ziehen) in folgenden Körperregionen? B. Schultern	1 - nie 2 - 1-7 Tage 3 - 8-30 Tage 4 - mehr als 30 Tage, aber nicht täglich 5 -täglich -1 - Ich weiss nicht	FB*MSB	
153	b012a085	Beschwerden_Oberer_Rücken	Hatten Sie in den letzten 12 Monaten Beschwerden (Schmerzen, Stechen, Ziehen) in folgenden Körperregionen? C. Oberer Rücken	1 - nie 2 - 1-7 Tage 3 - 8-30 Tage 4 - mehr als 30 Tage, aber nicht täglich 5 -täglich -1 - Ich weiss nicht	FB*MSB	
154	b012a086	Beschwerden_Unterer_Rücken	Hatten Sie in den letzten 12 Monaten Beschwerden (Schmerzen, Stechen, Ziehen) in folgenden Körperregionen? D. Unterer Rücken (Kreuz)	1 - nie 2 - 1-7 Tage 3 - 8-30 Tage 4 - mehr als 30 Tage, aber nicht täglich 5 -täglich -1 - Ich weiss nicht	FB*MSB	
155	b012a087	Beschwerden_Arme	Hatten Sie in den letzten 12 Monaten Beschwerden (Schmerzen, Stechen, Ziehen) in folgenden Körperregionen? E. Arme/Ellbogen	1 - nie 2 - 1-7 Tage 3 - 8-30 Tage 4 - mehr als 30 Tage, aber nicht täglich 5 -täglich -1 - Ich weiss nicht	FB*MSB	
156	b012a088	Beschwerden_Hände	Hatten Sie in den letzten 12 Monaten Beschwerden (Schmerzen, Stechen, Ziehen) in folgenden Körperregionen? F. Hände/Handgelenke	1 - nie 2 - 1-7 Tage 3 - 8-30 Tage 4 - mehr als 30 Tage, aber nicht täglich 5 -täglich -1 - Ich weiss nicht	FB*MSB	
157	b012a089	Beschwerden_Oberschenkel	Hatten Sie in den letzten 12 Monaten Beschwerden (Schmerzen, Stechen, Ziehen) in folgenden Körperregionen? G. Hüftgelenke/Oberschenkel	1 - nie 2 - 1-7 Tage 3 - 8-30 Tage 4 - mehr als 30 Tage, aber nicht täglich 5 -täglich -1 - Ich weiss nicht	FB*MSB	
158	b012a090	Beschwerden_Knie	Hatten Sie in den letzten 12 Monaten Beschwerden (Schmerzen, Stechen, Ziehen) in folgenden	1 - nie 2 - 1-7 Tage 3 - 8-30 Tage	FB*MSB	

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
			Körperregionen? H. Knie/Unterschenkel/Füsse	4 - mehr als 30 Tage, aber nicht täglich 5 - täglich -1 - Ich weiss nicht		
159	b013a09 1	Beschwer- den_Müdigkeit	Wie oft hatten Sie in den letzten drei Monaten eine oder mehrere der folgenden Beschwerden? A. Müdigkeit	1 - nie 2 - eher selten 3 - gelegentlich 4 - eher oft 5 - sehr oft -1 - Ich weiss nicht	sBIB 2010	m9b01 -015
160	b013a09 2	Beschwer- den_Kopf- schmerzen	Wie oft hatten Sie in den letzten drei Monaten eine oder mehrere der folgenden Beschwerden? B. Kopfschmerzen	1 - nie 2 - eher selten 3 - gelegentlich 4 - eher oft 5 - sehr oft -1 - Ich weiss nicht	sBIB 2010	m9b01 -015
161	b013a09 3	Beschwer- den_Übelkeit	Wie oft hatten Sie in den letzten drei Monaten eine oder mehrere der folgenden Beschwerden? C. Übelkeit/Schwindel	1 - nie 2 - eher selten 3 - gelegentlich 4 - eher oft 5 - sehr oft -1 - Ich weiss nicht	sBIB 2010	m9b01 -015
162	b013a09 4	Beschwer- den_Konzent- ration	Wie oft hatten Sie in den letzten drei Monaten eine oder mehrere der folgenden Beschwerden? D. Konzentrationsschwierigkeiten	1 - nie 2 - eher selten 3 - gelegentlich 4 - eher oft 5 - sehr oft -1 - Ich weiss nicht	sBIB 2010	m9b01 -015
163	b013a09 5	Beschwer- den_Atem- wege	Wie oft hatten Sie in den letzten drei Monaten eine oder mehrere der folgenden Beschwerden? E. Atemwegserkrankungen	1 - nie 2 - eher selten 3 - gelegentlich 4 - eher oft 5 - sehr oft -1 - Ich weiss nicht	sBIB 2010	m9b01 -015
164	b013a09 6	Beschwer- den_Schlaf	Wie oft hatten Sie in den letzten drei Monaten eine oder mehrere der folgenden Beschwerden? F. Einschlaf- und Durchschlafstö- rungen	1 - nie 2 - eher selten 3 - gelegentlich 4 - eher oft 5 - sehr oft -1 - Ich weiss nicht	sBIB 2010	m9b01 -015
165	b013a09 7	Beschwer- den_Verdau- ung	Wie oft hatten Sie in den letzten drei Monaten eine oder mehrere der folgenden Beschwerden? G. Magenbeschwerden, Durchfall, Verstopfung	1 - nie 2 - eher selten 3 - gelegentlich 4 - eher oft 5 - sehr oft -1 - Ich weiss nicht	sBIB 2010	m9b01 -015
166	b013a09 8	Beschwer- den_Kreislauf	Wie oft hatten Sie in den letzten drei Monaten eine oder mehrere der folgenden Beschwerden? H. Herz-/Kreislaufprobleme	1 - nie 2 - eher selten 3 - gelegentlich 4 - eher oft 5 - sehr oft -1 - Ich weiss nicht	sBIB 2010	m9b01 -015
167	b013a09 9	Beschwer- den_Augen	Wie oft hatten Sie in den letzten drei Monaten eine oder mehrere	1 - nie 2 - eher selten	sBIB 2010	m9b01 -015

Anhang

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
			der folgenden Beschwerden? I. Augenbeschwerden	3 - gelegentlich 4 - eher oft 5 - sehr oft -1 - Ich weiss nicht		
168	b014a10 2	Verhalten_Ta- bak	Haben sich folgende Verhaltens- weisen verändert, an Tagen, an welchen Sie Homeoffice machen: Tabakkonsum	1 - weniger 2 - keine Veränderung 3 - mehr 4 - betrifft mich nicht -1 - Ich weiss nicht		
169	b014a10 3	Verhalten_Al- kohol	Haben sich folgende Verhaltens- weisen verändert, an Tagen, an welchen Sie Homeoffice machen: Alkoholkonsum	1 - weniger 2 - keine Veränderung 3 - mehr 4 - betrifft mich nicht -1 - Ich weiss nicht		
170	b014a10 4	Verhalten_ICT	Haben sich folgende Verhaltens- weisen verändert, an Tagen, an welchen Sie Homeoffice machen: Nutzung von Social Media, Streaming-Angeboten, Gaming	1 - weniger 2 - keine Veränderung 3 - mehr 4 - betrifft mich nicht -1 - Ich weiss nicht		
171	b014a10 5	Verhal- ten_Glücks- spiel	Haben sich folgende Verhaltens- weisen verändert, an Tagen, an welchen Sie Homeoffice machen: Geld-/Glücksspiele	1 - weniger 2 - keine Veränderung 3 - mehr 4 - betrifft mich nicht -1 - Ich weiss nicht		
172	b015a10 6	Einsamkeit	Wie häufig kommt es vor, dass Sie sich einsam fühlen?	4 - sehr häufig 3 - ziemlich häufig 2 - manchmal 1- nie -1 - Ich weiss nicht	SGB22	03400
173	b015a10 7	Stress	Wie häufig haben Sie sich in den letzten 12 Monaten bei der Arbeit gestresst gefühlt?	4 - sehr häufig 3 - ziemlich häufig 2 - manchmal 1- nie -1 - Ich weiss nicht	7_201 2_Fle- xible Ar- beits- zeiten in der Schwei z	<20000 >
174	b016a10 8	Gefühle_ner- vös	Bitte wählen Sie die zutreffende Antwort aus Ich habe mich in den letzten 4 Wochen gefühlt: a) Sehr nervös	5 - immer 4 - meistens 3 - manchmal 2 - selten 1 - nie -1 - Ich weiss nicht	sgb22	2500; Frage 24
175	b016a10 9	Gefühle_nie- dergeschlagen	b) So niedergeschlagen oder ver- stimmt, dass mich nichts aufmun- tern konnte	5 - immer 4 - meistens 3 - manchmal 2 - selten 1 - nie -1 - Ich weiss nicht	sgb22; SF- 36/RA ND-36	2500; Frage 25
176	b016a11 0	Gefühle_ruhig	c) Ruhig, ausgeglichen und gelas- sen	5 - immer 4 - meistens 3 - manchmal 2 - selten	sgb22; SF- 36/RA ND-36	2500; Frage 26

Anhang

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
				1 - nie -1 - <i>Ich weiss nicht</i>		
177	b016a11 1	Gefühle_entmutigt	d) Entmutigt und deprimiert	5 - immer 4 - meistens 3 - manchmal 2 - selten 1 - nie -1 - <i>Ich weiss nicht</i>	sgb22; SF- 36/RA ND-36	2500; Frage 28
178	b016a11 2	Gefühle_glücklich	e) Glücklich	5 - immer 4 - meistens 3 - manchmal 2 - selten 1 - nie -1 - <i>Ich weiss nicht</i>	sgb22; SF- 36/RA ND-36	2500; Frage 30
179	b016a11 3	Gefühle_voller_Leben	f) Voller Leben	5 - immer 4 - meistens 3 - manchmal 2 - selten 1 - nie -1 - <i>Ich weiss nicht</i>	sgb22; SF- 36/RA ND-36	S6400; Frage 23
180	b016a11 4	Gefühle_voller_Energie	g) Voller Energie	5 - immer 4 - meistens 3 - manchmal 2 - selten 1 - nie -1 - <i>Ich weiss nicht</i>	sgb22; SF- 36/RA ND-36	S6400; Frage 27
181	b016a11 5	Gefühle_erschöpft	e) Erschöpft	5 - immer 4 - meistens 3 - manchmal 2 - selten 1 - nie -1 - <i>Ich weiss nicht</i>	sgb22; SF- 36/RA ND-36	S6400; Frage 29
182	b016a11 6	Gefühle_müde	e) Müde	5 - immer 4 - meistens 3 - manchmal 2 - selten 1 - nie -1 - <i>Ich weiss nicht</i>	sgb22; SF- 36/RA ND-36	S6400; Frage 31
183	a117	Beschwerden_Sorge	Wie häufig haben Sie sich wegen der Arbeit Sorgen gemacht, auch wenn Sie nicht am Arbeiten waren?	1 - immer 2 - meistens 3 - manchmal 4 - selten 5 - nie -1 - <i>Ich weiss nicht</i>	EWCS CATI 2021	Q45A
184	a118	Verhalten_Bewegung	Kommen Sie in Ihrer Freizeit mindestens einmal pro Woche durch körperliche Betätigung zum Schwitzen? z. B. durch Joggen, sportliches Velofahren, Sport treiben usw.	1 - ja 2 - nein -1 - <i>Ich weiss nicht</i>	sgb22	03600
185	a119	Verhalten_Bewegungen_Veränderung	Verändert sich Ihr Bewegungsverhalten an Tagen, an denen Sie Homeoffice machen?	1 - mehr Bewegung 2 - keine Veränderung 3 - weniger Bewegung -1 - <i>Ich weiss nicht</i>		

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
186	a120	Verhalten_Ernährungen_Veränderung	Verändert sich Ihr Essverhalten an Tagen, an denen Sie Homeoffice machen?	1 - ausgewogener 2 - keine Veränderung 3 - weniger ausgewogen -1 - Ich weiss nicht		
187	a022a	Regelung_allgemein	Welche Vorgaben gibt es in Ihrem Betrieb zu Homeoffice? Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.	Y - allgemeines Reglement		
188	a022b	Regelung_individuell_schriftlich	Welche Vorgaben gibt es in Ihrem Betrieb zu Homeoffice? Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.	Y - individuelle schriftliche Vereinbarung		
189	a022c	Regelung_GAV	Welche Vorgaben gibt es in Ihrem Betrieb zu Homeoffice? Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.	Y - Generalarbeitsvertrag (GAV)		
190	a022d	Regelung_allgemein_mündlich	Welche Vorgaben gibt es in Ihrem Betrieb zu Homeoffice? Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.	Y - allgemeine mündliche Vereinbarung		
191	a022e	Regelung_individuell_mündlich	Welche Vorgaben gibt es in Ihrem Betrieb zu Homeoffice? Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.	Y - individuelle mündliche Vereinbarung		
192	a022f	Regelung_Anderere	Welche Vorgaben gibt es in Ihrem Betrieb zu Homeoffice? Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.	Y - Andere		
193	a022g	Regelung_Keine	Welche Vorgaben gibt es in Ihrem Betrieb zu Homeoffice? Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.	Y - Keine		
194	a022h	Regelung_Ich_weiss_nicht	Welche Vorgaben gibt es in Ihrem Betrieb zu Homeoffice? Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.	-1 - Ich weiss nicht		
195	a013	Wunsch_vor_Ort	Können Sie vor Ort im Betrieb arbeiten, wenn Sie das möchten?	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
196	a122	Schulungen_Homeoffice	Bietet Ihr Arbeitgeber Schulungen an zur Arbeit im Homeoffice?	1 - ja 2 - nein -1 - Ich weiss nicht		
197	a123a	Schulungen_Ergonomie	Welche Schulungen zur Arbeit im Homeoffice bietet Ihr Arbeitgeber an? Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.	Y - Ergonomie		
198	a123b	Schulungen_Rechte_und_Pflichten	Welche Schulungen zur Arbeit im Homeoffice bietet Ihr Arbeitgeber an? Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.	Y - Rechte und Pflichten		

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
199	a123c	Schulungen_Datenschutz	Welche Schulungen zur Arbeit im Homeoffice bietet Ihr Arbeitgeber an? Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.	Y - Datenschutz		
200	a123d	Schulungen_Selbstorganisation	Welche Schulungen zur Arbeit im Homeoffice bietet Ihr Arbeitgeber an? Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.	Y - Selbstorganisation		
201	a123e	Schulungen_Selbstsorge	Welche Schulungen zur Arbeit im Homeoffice bietet Ihr Arbeitgeber an? Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.	Y - Selbstsorge		
202	a123f	Schulungen_Andere	Welche Schulungen zur Arbeit im Homeoffice bietet Ihr Arbeitgeber an? Bitte wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.	Y - andere		
203	b017a124	Home-office_Information	Ich wurde über die sachgerechte Nutzung des Homeoffice-Arbeitsplatzes aus ergonomischer Sicht informiert.	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
204	b017a125	Home-office_Unterstutzung_Einrichtung	Ich erhalte bei Bedarf vom Betrieb fachliche Unterstützung zur ergonomischen Einrichtung meines Homeoffice-Arbeitsplatzes.	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
205	b017a126	Home-office_Unterstutzung_ICT	Ich erhalte bei IT-Problemen bei der Arbeit im Homeoffice Unterstützung von meinem Arbeitgeber. (z. B. bei schlechter Internetverbindung, Program Abstürzen, nicht funktionierenden Geräten, etc.)	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
206	b017a127	Home-office_Gespräche	Mein:e Vorgesetzte:r thematisiert in Gesprächen regelmässig Herausforderungen der Arbeit im Homeoffice.	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
207	a128	Home-office_Unterstutzung_Führungsperson	Ich erhalte als Führungsperson bei Bedarf Unterstützung zu Fragestellungen von Mitarbeitenden, die im Homeoffice arbeiten	1 - Trifft zu 2 - Trifft eher zu 3 - Trifft weder zu noch nicht zu 4 - Trifft eher nicht zu 5 - Trifft nicht zu -1 - Ich weiss nicht		
208	a001	Geschlecht	Welche der folgenden Antwortmöglichkeiten beschreibt am	1 -Männlich 2 -Weiblich 3 -Andere	2022 – OSH	D2

Anhang

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien	Quelle	Quelle Frage Nr
			besten, mit welchem Geschlecht Sie sich identifizieren?	4 -Ich möchte keine Angabe machen	Pulse Survey	
209	a008	Alter	Wie alt sind Sie? Bitte geben Sie eine ganze Zahl ein.	<Zahl> Jahre -1 - Keine Angabe	EWCS CATI 2021	Q92b
210	a009	Kinder	Wie viele Kinder bis und mit 15 Jahre leben in Ihrem Haushalt?	<Zahl> Kinder -1 - Ich weiss nicht		
211	a129	Bemerkung	Möchten Sie noch etwas hinzufügen? (max. 400 Zeichen)	Textfeld		
212	a129a	Bemerkung_ja	TN mit Bemerkung	1 - Ja		
213	abschluss001	Teilnahme_Foto-Upload	Sind Sie bereit, Bilder Ihres Homeoffice-Arbeitsplatzes zur Verfügung zu stellen?	1 - Ja 2 - Nein		

A-9.2 Fotoanalyse Befragung

Nr.	VarName	Kurzcode	Frage DE	Antwortkategorien
10	Bild1_vorhanden	f02[filecount]. fil- ecount - Bild 1: Ar- beitsplatz	f02[filecount]. fil- ecount - Bild 1: Ar- beitsplatz	0 1 2 3
11	Bild1_zu_klein	f04[FA002a]. Bild 1: . [Raum zu klein (z. B. Wand, Mauer)]	f04[FA002a]. Bild 1: [Raum zu klein (z. B. Wand, Mauer)]	1 – ausgewählt
12	Bild1_Objekte	f04[FA002b]. Bild 1: [Objekte verstellen die Sicht]	f04[FA002b]. Bild 1: [Objekte verstellen die Sicht]	1 – ausgewählt
13	Bild1_weitere	f04[FA002c]. Bild 1: [weitere]	f04[FA002c]. Bild 1: [weitere]	1 – ausgewählt
14	Bild2_vorhanden	f05[filecount]. fil- ecount - Bild 2: Ar- beitsplatz .	f05[filecount]. fil- ecount - Bild 2: Ar- beitsplatz .	0 1 2 3
15	Bild2_zu_klein	f06[FA002a]. Bild 2: [Raum zu klein (z. B. Wand, Mauer)]	f06[FA002a]. Bild 2: [Raum zu klein (z. B. Wand, Mauer)]	1 – ausgewählt
16	Bild2_Objekte	f06[FA002b]. Bild 2: [Objekte verstellen die Sicht]	f06[FA002b]. Bild 2: [Objekte verstellen die Sicht]	1 – ausgewählt
17	Bild2_weitere	f06[FA002c]. Bild 2: [weitere]	f06[FA002c]. Bild 2: [weitere]	Y
18	Bild3_vorhanden	f07[filecount]. fil- ecount - Bild 3: Ar- beitsplatz – Seitenan- sicht.	f07[filecount]. fil- ecount - Bild 3: Ar- beitsplatz – Seiten- ansicht.	0 1 2 3
19	Bild3_zu_klein	f03[FA002a]. Bild 3: [Raum zu klein (z. B. Wand, Mauer)]	f03[FA002a]. Bild 3: [Raum zu klein (z. B. Wand, Mauer)]	1 – ausgewählt
20	Bild3_Objekte	f03[FA002b]. Bild 3: [Objekte verstellen die Sicht]	f03[FA002b]. Bild 3: [Objekte verstellen die Sicht]	1 – ausgewählt
21	Bild3_weitere	f03[FA002c]. Bild 3: [weitere]	f03[FA002c]. Bild 3: [weitere]	1 – ausgewählt
22	Bemerkungen_Bild	f08. Möchten Sie noch etwas hinzufügen? (max. 400 Zeichen)	Bemerkungen_Foto	Text
23	Summe_Bilder	Summe Fotos	Summe Fotos	0 1 2 3

A-9.3 Beurteilungsmatrix Fotoanalyse

Nr.	VarName	Beschreibung	Antwortkategorien
24	Bild1_nicht_verwendbar	Foto 1 nicht verwendbar (nur X, wenn nicht verwendbar)	x
25	Bild2_nicht_verwendbar	Foto 2 nicht verwendbar	x
26	Bild3_nicht_verwendbar	Foto 3 nicht verwendbar	x
27	Beurteiler	Beurteiler	Name
28	Zugang_Arbeitsplatz	Zugang Arbeitsplatz	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
29	Bewegungsraum_Breite	Bewegungsraum: Breite	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
30	Bewegungsraum_Tiefe	Bewegungsraum: Tiefe	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
31	Beinraum	Beinraum	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
32	Stuhl_Kippsicherheit	Stuhl: Kippsicherheit	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
33	Sitzhöhe_verstellbar	Sitzhöhe verstellbar	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
34	Sitzhöhe_IST	Sitzhöhe IST	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
35	Rückenlehne_Höhe	Höhe Rückenlehne	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
36	Rückenlehne_Form	Form Rückenlehne	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
37	Pulthöhe_verstellbar	Pulthöhe verstellbar	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
38	Pulthöhe_IST	Pulthöhe IST	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
39	Pulttiefe	Pulttiefe	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
40	Pultbreite	Pultbreite	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
41	Pultoberfläche	Pultoberfläche	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
42	Sehdistanz	Sehdistanz	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
43	Tastatur_vorhanden	Tastatur vorhanden	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar

Anhang

Nr.	VarName	Beschreibung	Antwortkategorien
44	Maus_vorhanden	Maus vorhanden	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
45	Bildschirm_vorhanden	Bildschirm vorhanden	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
46	Bildschirmdiagonale	Bildschirm-diagonale	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
47	Bildschirmpositionierung	Bildschirmpositionierung	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
48	Blendung	Blendung	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
49	Tageslicht	Tageslicht	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
50	Abweichung	Abweichung	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
51	Gestaltungsempfehlung	Input Gestaltungsempfehlung	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
52	Gestaltungsempfehlungen_Bemerkungen	Feld Bemerkungen für Gestaltungsempfehlungen	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar
53	Beurteilung_Bemerkung	Feld Bemerkungen zur Beurteilung	1 - entspricht Anforderungen 2 - entspricht nicht Anforderungen 3 - nicht beurteilbar

A-9.4 Auswertungsraster Fotoanalyse

Vorgehen:

- Sichtung Bild für Bild und Bearbeitung Prüfpunkte.
- Prüfpunkte können ggf. in mehr als 1 Bild beurteilt werden.
- Beurteilung quantitativ: Die Anforderung ist erfüllt – knapp erfüllt – nicht erfüllt – nicht beurteilbar

Arbeitsplatz – Vorderansicht

Prüfpunkte ▪ Bewegungsraum in der Breite ▪ Zugang (und Verkehrswege) ▪ Beinraum ▪ Abschätzung Bildschirmdiagonale ▪ Frontaler Lichteinfall / Blendung	
---	--

Arbeitsplatz – Seitenansicht

Prüfpunkte ▪ Bewegungsraum hinter Pult ▪ Beinraum ▪ Pulttiefe ▪ Positionierung Bildschirm: Höhe, Neigung ▪ Stuhl: ▪ Typ ▪ Eigenschaften (Form, Dimensionierung) ▪ Sitzhöhe (Ab Boden, in Bezug Pultfläche) ▪ Seitlicher Lichteinfall	
--	--

Arbeitsplatz – Arbeitsfläche

Prüfpunkte Arbeitsfläche: ▪ Ca. Dimensionen	
--	--

Anhang

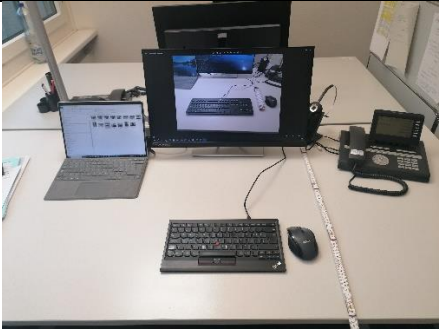
▪ Art und Farbe / Helligkeit Oberfläche ▪ Arbeitsmittel ▪ Vorhandene Arbeitsmittel (Tastatur, Maus, ...) ▪ Art und Menge (2 Bildschirme, ..) ▪ Positionierung Bildschirm	
--	--

Instruktion Beurteilung

Bewertung: Erfüllt: 1 - Nicht erfüllt 2 - Nicht beurteilbar 3

Kriterium	Anforderung & Landmarke	Bild	Illustration
Zugang	$\geq 60\text{cm}$ Zugang zu Arbeitsplatz	1	
Bewegungsraum In der Breite	$\geq 80\text{cm}$ in der Breite hinter Pult Landmarke: knapp doppelte Breite Bürodrehstuhl G64 Breite: 50 cm	1	
Bewegungsraum Hinter Tisch	$\geq 100\text{cm}$ Tiefe Landmarke: ca. doppelte Tiefe Bürodrehstuhl Doppelmeter abgebildet: 100 cm G64 Tiefe: 50 cm	2	
Beinraum	$\geq$ Breite/Tiefe/Höhe 58/70/66 cm $\leq 10\text{cm}$ Querbalken	1 2	
Stuhl Kippsicherheit	5-Stern-Fuss oder 4-Punkt-Beine	2 1	
Stuhl	Stuhl oder Bürodrehstuhl	1	

Anhang

Kriterium	Anforderung & Landmarke	Bild	Illustration
Sitzhöhe	höhenverstellbar	2	
Stuhl Sitzhöhe	Fuss am Boden	2	
Stuhl Höhe Rückenlehne	≥ Höhe Schulterblätter	2	
Stuhl Form Rückenlehne	Lendenbausch	2 1	
Pulthöhe	Höhe verstellbar	2	
Pulthöhe	Fuss am Boden, Ellbogen auf Tisch abgelegt	2	
Pulttiefe	≥ 80cm Landmarke: Bildschirm - ca. doppelte Tiefe Tastatur – Tastatur (ca. 15 cm) – Distanz zu Pultkante	2	
Pultbreite	≥ 120cm Landmarke: Doppelmeter abgebildet: 120 cm G64 Breite: 50 cm	2 3	
Pultoberfläche	Matt/seidenmatt, blendfrei	3	
Sehdistanz	60-80 cm	2	
Arbeitsmittel	Tastatur vorhanden	3	
Arbeitsmittel	Maus vorhanden	3	
Arbeitsmittel	Externer Bildschirm vorhanden	2 3	
Arbeitsmittel	≥ 24 Zoll Bildschirmdiagonale oder 2 externe Bildschirme	1	

Kriterium	Anforderung & Landmarke	Bild	Illustration
	- Landmarken: - Externer Bildschirm 24 Zoll, Breite 54 cm - Laptop 13 Zoll - Standardtastatur 43 cm - Schmale Tastatur 30 cm		
Arbeitsmittel Positionierung Bildschirm	Bildschirm frontal vor Person	3 2	
Blendung	Fenster seitlich	1 2	
Beleuchtung	Tageslicht vorhanden	1 2	