



Das Berufspendeln erträglicher machen

Die gute Nachricht

Die 20. Auflage der AOK-Sommeraktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ war eine der erfolgreichsten überhaupt. Knapp 370.000 Radelnde nahmen zwischen dem 1. Mai und dem 31. August daran teil. Sie legten rund 42,22 Millionen Kilometer zurück und sparten 8.300 Tonnen CO₂ ein. Nächstes Jahr geht es in die 21. Runde – dann mit neuem Aktionsportal und einer App.

[> Infos.](#)

Inhalt

Neuer deutscher Rekord: S. 3

Noch nie wurde so viel gearbeitet >

Flexibilität steht hoch im Kurs: S. 4

Eine Umfrage zeigt, was sich Beschäftigte von ihrem Job wünschen >

Den Pendelstress ausgleichen

Verstopfte Straßen, verspätete und überfüllte Züge: Berufspendeln kann für Beschäftigte eine unangenehme Angelegenheit sein. Doch die Zahl der Pendelnden wächst. Unternehmen können mit flexiblen Arbeitsmodellen helfen.

20,48 Millionen Beschäftigte arbeiteten laut dem Bundesinstitut für Bau-, Stadt- und Raumforschung zum Stichtag 30. Juni 2023 in einer anderen Gemeinde als sie wohnten. Damit pendelten etwa 140.000 Beschäftigte mehr zur Arbeit als im Jahr davor. Der Anteil der Pendlerinnen und Pendler beträgt 60 Prozent.

Der durchschnittliche Arbeitsweg blieb mit 17,2 Kilometern im Vergleich zum Vorjahr unverändert. 7,13 Millionen Personen legten auf dem Weg zum Job mehr als 30 Kilometer zurück, 3,96 Millionen mehr als 50 Kilometer und 2,28 Millionen mehr als 100 Kilometer. Wenn Menschen einen Job in einer anderen Region annehmen, entscheiden sich bei einer Entfernung zwischen 50 und 100 Kilometern noch rund 86 Prozent für das Pendeln, zwischen 150 und 200 Kilometern sind es noch knapp neun Prozent, wie das Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung herausfand.

Laut Professor Knut Petzold von der Hochschule Zittau/Görlitz gehen die Fahrten zur Arbeit mit einem höheren und längeren Stresslevel einher. Chronischer Stress wiederum könne negative Auswirkungen auf das Herz-Kreislauf-System, den Bewegungsapparat und den Stoffwechsel



Webtipp

Studie zum Thema „Umziehen oder Pendeln“
 > [Infos.](#)

haben. Eine Fehlzeitenanalyse des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) hat gezeigt, dass mit der Entfernung die Wahrscheinlichkeit für ein psychisches Leiden steigt.

Die eigene verfügbare Energie müsse man sich wie einen Eimer vorstellen, erläutert Professorin Fabiola Gerpott von der WHU – Otto Beisheim School of Management. Im Arbeitsalltag werde dort Energie rausgenommen, etwa durch anstrengendes Pendeln. Andererseits lasse sich Energie durch Schlaf und Erholung wieder auffüllen. „Wichtig ist, dass der Eimer nie ganz leer ist“, sagt Gerpott AOK Original.

Unternehmen sollten, unterstützt durch Betriebs- und Personalräte, für flexible Arbeitszeit- und Ortsregelungen sorgen, um der „Rush Hour“ zu entkommen und so das Pendeln weniger anstrengend zu machen. Zweitens könnten Betriebe das vermeintlich gesündere „aktive Pendeln“ unterstützen, also Radfahren und zu Fuß gehen, etwa indem sie Fahrrad-Zuschüsse, Duschmöglichkeiten und sichere Radparkplätze bereitstellen. Außerdem könnten Firmen Entspannungserlebnisse während des Pendelns fördern – durch Bildungsangebote zu Stressmanagement-Techniken, freie Zugänge zu Meditations- und Musik-Apps oder zu E-Books.

Sozialwissenschaftler Petzold mahnt, die Ausgestaltung von Arbeitsort und Arbeitszeit sei bei der Jobsuche zunehmend wichtig. „Flexible Arbeitszeit- und Arbeitsortsarrangements“ seien von hohem Wert.

> [Infos.](#)

Neuer Arbeitsrekord

Das Arbeitsvolumen in Deutschland hat im zweiten Quartal 2024 erstmals den Vor-Corona-Stand übertroffen. Laut Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB) lag es mit 14,7 Milliarden Stunden 0,8 Prozent über dem Vorjahreszeitraum. „In Deutschland wurde noch nie so viel gearbeitet – mitten im Wirtschaftsabschwung“, so IAB-Experte Enzo Weber. Im zweiten Quartal 2019 waren 14,6 Millionen Stunden erbracht worden.

Ein weiterer Anstieg sei aber „kein Selbstläufer“, betonte der Wissenschaftler. Der Beschäftigungszuwachs flache deutlich ab, die Teilzeitquote kletterte auf fast 40 Prozent und es würden so wenige Überstunden geleistet wie noch nie. Die Zahl der Erwerbstätigen stieg der Analyse zufolge im Vergleich zum Vorjahresquartal um 0,4 Prozent und lag damit bei 46,1 Millionen Personen.

> **Infos.**



Körperliche Tätigkeiten

Schwere körperliche Arbeit gehört für viele Menschen zum Joballtag. Laut einer Zusatzerhebung des Statistischen Bundesamtes zur EU-Arbeitskräfteerhebung 2022 verrichtet ein Viertel der rund 42,3 Millionen Erwerbstätigen im Alter von 15 bis 74 Jahren in Deutschland mindestens die Hälfte der Arbeitszeit anstrengende körperliche Tätigkeiten. Dazu zählt das Anheben schwerer Gegenstände oder von Personen. Aber auch das Verharren in schmerzhaften oder ermüdenden Positionen – wie Knien oder Überkopparbeiten – zählt dazu.

Unter jungen Menschen ist der Anteil besonders hoch: Knapp ein Drittel (32 Prozent) der 15- bis 24-jährigen Beschäftigten verbrachte mindestens die Hälfte der Arbeitsstunden mit physisch anstrengender Arbeit. Aber auch unter den 65- bis 74-jährigen Erwerbstätigen verrichteten noch 15 Prozent mindestens die Hälfte ihrer Arbeitszeit körperlich anstrengende Aufgaben.

> **Infos.**

§ Rechtskolumne

Anrechnung von Urlaub

Nach einer rechtswidrigen Kündigung haben Beschäftigte beim Antritt einer neuen Stelle vollen Urlaubsanspruch bei beiden Arbeitgebern, so das Bundesarbeitsgericht. Um doppelte Urlaubsansprüche zu vermeiden, muss der Urlaub beim aktuellen Unternehmen jedoch kalenderjahresbezogen auf den Urlaubsanspruch beim vorherigen angerechnet werden. Im vorliegenden Fall klagte eine Fleischereifachverkäuferin gegen ihren ehemaligen Arbeitgeber auf Abgeltung von vertraglichem Mehrurlaub. Nach ihrer fristlosen Kündigung hatte sie noch während der laufenden Kündigungsschutzklage ein neues Arbeitsverhältnis begonnen und dort Urlaub erhalten. Doppelt nehmen durfte sie den Urlaub nicht. Denn: „Wäre der frühere Arbeitgeber verpflichtet, den Arbeitnehmer im Hinblick auf die in seinem Arbeitsverhältnis entstandenen Urlaubsansprüche freizustellen, obwohl der spätere Arbeitgeber ihm bereits bezahlten Jahresurlaub gewährt hat, läge eine nach den Wertungen des Bundesurlaubsgesetzes nicht vorgesehene Verdopplung des Urlaubsanspruchs vor.“

9 AZR 230/22



Flexibles Arbeiten wird immer beliebter

Bei Beschäftigten sind flexible Arbeitszeiten und Zeitsouveränität einer Studie zufolge besonders gewünscht. Zwei Expertinnen zeigen auf, welche Handlungsempfehlungen für Unternehmen daraus folgen und wie der Betriebsrat unterstützen kann.

Starre Arbeitszeitmodelle in Voll- oder Teilzeit sind einer Untersuchung der Bertelsmann Stiftung zufolge nicht mehr im Trend. So bevorzugten weniger als 30 Prozent der rund 2.500 in der Studie befragten Frauen und Männer im erwerbsfähigen Alter eine Stelle mit festen Arbeitszeiten. Hingegen sympathisierten 45 Prozent der Studienteilnehmenden mit vollständig flexiblen Zeiten. „Flexible Arbeitszeiten bieten die Chance, Berufliches und Privates besser miteinander zu vereinbaren“, erläutert Michaela Hermann, Arbeitsmarktexpertin der Bertelsmann Stiftung. Das schaffe mehr Räume, auf dem Arbeitsmarkt aktiv zu sein, was wiederum auch den Arbeitgebern nutze.

Für die Untersuchung sollten die Befragten die Attraktivität von Muster-Stellenanzeigen bewerten, unter anderem in Bezug auf Familienfreundlichkeit. Wenn jüngere Kinder im Haushalt waren, wählten lediglich 21,3 Prozent der Frauen Jobs in Vollzeit sowie nur 38,1 Prozent der Männer. Doch auch klassische Teilzeitstellen sind für viele Frauen keine Alternative. So präferierten Mütter mit jüngeren Kindern diese nur zu 38,3 Prozent, kinderlose Frauen und solche mit älteren Kindern sogar lediglich zu 29,9 Prozent.

„Reine Teilzeit ist ganz offensichtlich keine Präferenz, auch nicht bei Müttern“, erklärt Luisa Kunze, ebenfalls Arbeitsmarktexpertin der Stiftung. „Paare wollen heutzutage Erwerbs- und Sorgearbeit anders aufteilen. Dazu müssen sie Arbeitszeiten flexibler an ihre Bedürfnisse anpassen können“, ergänzt Hermann. Das gilt jedoch weniger für Schichtarbeitende. Sie wünschen sich geregeltere Arbeitszeiten, um Familie und Beruf miteinander zu vereinbaren.



„Um die gewünschte Zeitsouveränität zu etablieren, sollten Unternehmen verstärkt auf mitarbeiterorientierte und zielgruppenspezifische Arbeitszeitmodelle setzen“, so Kunze. Das entpuppe sich langfristig als Wettbewerbsvorteil. „Personal- und Betriebsräte sollten überwachen, ob und wie neue, flexible Arbeitsmodelle genutzt werden, und ob Mitarbeitende dadurch tatsächlich keine Nachteile erfahren“, empfiehlt Hermann. Hierzu gehörten etwa regelmäßige Befragungen der Beschäftigten.

> Zur Studie.

Impressum

Herausgeber: AOK-Bundesverband GbR; Redaktion und Grafik: KomPart Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG 10178 Berlin, Rosenthaler Straße 31, www.kompart.de; Verantwortlich: Frank Schmidt; Redaktion: Thorsten Severin, Stefanie Roloff; Grafik: Geertje Steglich; Fotos: S.1: AOK, S.2: iStock.com/JackF, S.3: AOK, iStock.com/standret, S.4: AOK; Informationen zum Datenschutz finden Sie hier: www.aok-original.de/datenschutz.html

Apps & Links

> Neue ifo-Zahlen zum Homeoffice

> Regierung macht Arbeiten im Rentenalter attraktiver