

## IM STAND-BY-MODUS

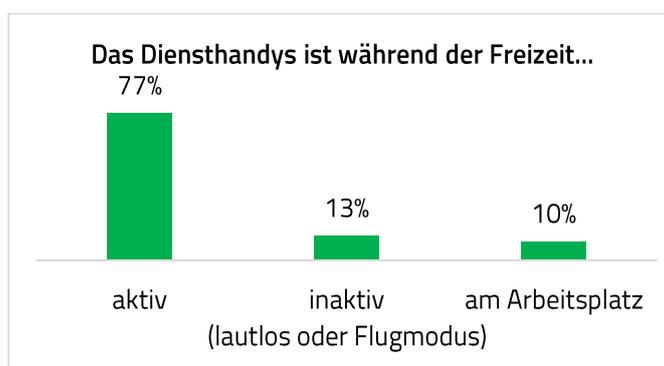
### EINE ONLINE-BEFragung DER AK NIEDERÖSTERREICH UND TU WIEN ZUR NUTZUNG VON MOBILTELEFONEN

Anfang 2017 führte das Institut für Managementwissenschaften - Arbeitswissenschaft und Organisation an der TU Wien im Auftrag der Arbeiterkammer Niederösterreich eine Studie zur "Nutzung von Mobiltelefonen" durch. Dabei wurden rund 300 ArbeitnehmerInnen via Online-Fragebogen zu ihrer Arbeit, ihrem Nutzungsverhalten von Mobiltelefonen sowie ihrem Schlaf und ihrer Gesundheit befragt.

#### TEILERGEBNISSE

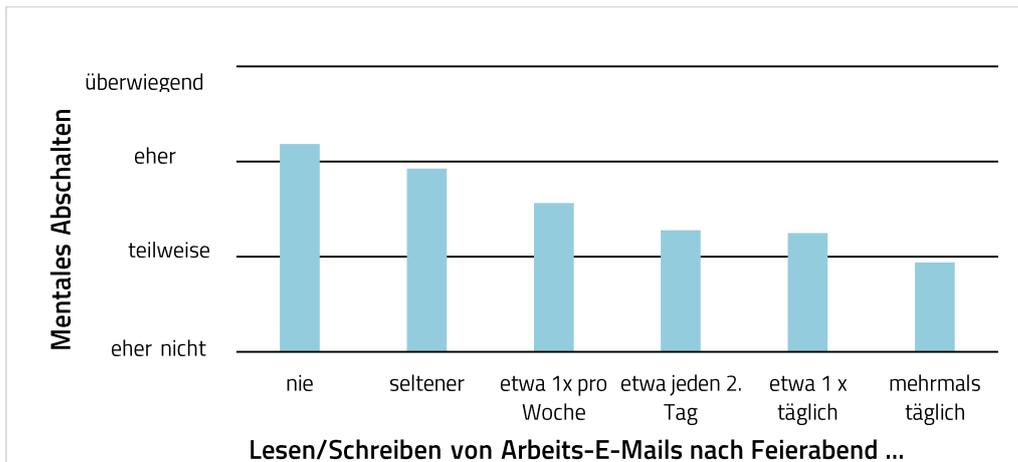
- » **Wussten Sie, dass...** fast Dreiviertel (74%) der befragten ArbeitnehmerInnen auch nach Feierabend noch berufliche E-Mails checken?

48% lesen und/oder schreiben sogar jeden Tag berufliche E-Mails, wenn sie bereits zuhause bzw. in ihrer Freizeit sind. Das bedeutet, dass sich bei etwa der Hälfte aller befragten ArbeitnehmerInnen die Tagesarbeitszeit verlängert, meist unbezahlt.



- » **Wussten Sie, dass...** das mentale Abstandhalten von der Arbeit bei den befragten ArbeitnehmerInnen umso besser funktioniert, je seltener diese während ihrer Freizeit berufliche E-Mails lesen?

Erholung von Arbeit kann meist nur gelingen, wenn die ArbeitnehmerInnen in ihrem Privatleben mentalen Abstand vom Berufsleben bekommen. Je seltener die befragten ArbeitnehmerInnen berufliche E-Mails außerhalb der Arbeitszeit beachten, umso gesünder fühlen sie sich und umso weniger Konflikt erleben sie zwischen den zwei Lebensbereichen Arbeit und Familie/Privatleben.



- » **Wussten Sie, dass...** über die Hälfte (55%) der befragten ArbeitnehmerInnen mindestens einmal pro Woche noch nach Feierabend beruflich kontaktiert werden? Dabei kann es sich beispielsweise um Anrufe, E-Mails oder Nachrichten via Messenger Dienst von Vorgesetzten, KollegInnen oder KundInnen handeln. 30% der Befragten werden sogar täglich noch nach Dienstschluss per Telefon oder E-Mail beruflich kontaktiert.
- » **Wussten Sie, dass...** die befragten ArbeitnehmerInnen vor allem dann auch außerhalb ihrer Dienstzeit für die Arbeit erreichbar sind, wenn in der Arbeit gerade sehr viel zu tun ist (36% geben dies als wichtigsten Grund an)? Zudem ist es 28% der ArbeitnehmerInnen wichtig, über aktuelle Entwicklungen und Prozesse informiert zu sein.
- » **Wussten Sie, dass...** 65% der befragten ArbeitnehmerInnen es bevorzugen, Arbeit und Privatleben strikt zu trennen? Je mehr Arbeit und Privatleben getrennt wird, desto besser gelingt der mentale Abstand zur Arbeit während der Freizeit.
- » **Wussten Sie, dass...** die befragten ArbeitnehmerInnen von umso mehr emotionaler Gereiztheit, Grübeln über die Arbeit und schlechterer Schlafqualität berichten, je öfter sie an freien Wochenenden mit der Arbeit in Kontakt stehen?

## Beschreibung der Befragten

<b>TeilnehmerInnen:</b>	316 unselbständige Erwerbstätige
<b>Geschlecht:</b>	51,1% Frauen, 48,9% Männer
<b>Alter:</b>	von 19 bis 65 Jahre, 43,2 Jahre im Durchschnitt
<b>Berufsstand:</b>	0,3% Lehrlinge 3,5% ArbeiterInnen 90,5% Angestellte 4,4% Vertragsbedienstete 1,3% BeamtInnen
<b>Arbeitsstunden:</b>	die TN arbeiteten im Schnitt 34,2 Stunden pro Woche 68,7% arbeiten Vollzeit (davon 45,5% Frauen und 54,5% Männer) 31,3% arbeiten Teilzeit (davon 73,8% Frauen und 26,2% Männer)
<b>Leitungsfunktion:</b>	26,6% sind Führungskräfte (davon 37,3% Frauen und 62,7% Männer)
<b>Organisationsgröße:</b>	55,0% in Organisation mit mehr als 250 MitarbeiterInnen, 19,2% mit 51-250, 15,7% mit 11-50, 10% mit 1- 10 MitarbeiterInnen