

SELBSTCHECK

Mit diesem Instrument können Betriebe/Abteilungen selbst reflektieren und bewerten, wie gut die Bedingungen für ein gesundheitsförderliches Arbeiten im Home-Office im eigenen Arbeitsumfeld bereits sind. Das Instrument regt auch dazu an, diese weiterzuentwickeln.

Der rechtliche Rahmen zum Arbeiten im Home-Office, wie z. B. zu Arbeitsort, Arbeitszeit, Arbeitszeitaufzeichnung und Arbeitsmitteln, stellt eine Grundvoraussetzung für die Weiterentwicklung nach gesundheitsförderlichen Kriterien dar.

Der Selbstcheck zum Arbeiten im Home-Office basiert auf folgenden sechs Bereichen:



1. **Organisationale Rahmenbedingungen**, wie z. B. Unternehmenskultur, Arbeits- und Pausengestaltung sowie Unterstützungsmöglichkeiten



2. **Virtuelles Führen**, wie z. B. Gesundes Führen, Vertrauensstärkung und Ausbau von Führungskompetenzen



3. **Arbeitsorganisation**, wie z. B. Aufgabenverteilung, Datenmanagement und digitale Unterbrechungen



4. **Individuelle und soziale Kompetenzen**, wie z. B. Wissen, Fähigkeiten, Kompetenzen zur Selbstorganisation oder zum Zeitmanagement, Bewältigungskompetenzen



5. **Arbeitsraumgestaltung**, wie z. B. Arbeitsplatz, Lichtverhältnisse, Raumklima und andere Umgebungsbedingung wie Pflanzen oder Farben



6. **Arbeitsmittel, Informations- und Kommunikationstechnologien**, wie z. B. Bildschirme, Zubehör und Softwareprogramme



Es wird empfohlen, das Selbstcheck-Instrument in einem Team von zwei bis drei Personen für den Betrieb/die Abteilung auszufüllen.

Folgende Schritte sind beim Ausfüllen zu beachten:

- 1) Lesen Sie das Kriterium und überlegen Sie, inwiefern dieses in ihrem Betrieb umgesetzt wird.
 - a. „Erfüllt“, wenn dazu umfassende Maßnahmen gesetzt wurden.
 - b. „Teils erfüllt“, wenn noch Potenzial für Verbesserung gegeben ist.
 - c. „Nicht erfüllt“, wenn noch keine Maßnahmen dazu gesetzt wurden.
- 2) Überlegen Sie weitere Handlungsmöglichkeiten und schreiben Sie Ihre Überlegungen, auch geplante oder zukünftige Maßnahmen, in das Feld **„Wo gibt es weitere Handlungsmöglichkeiten?“**
- 3) Bewerten Sie auf einer Skala von 1 bis 10, inwiefern weitere Kriterien im Betrieb/in der Abteilung erfüllt sind (1 = gering oder nicht; 10 = hoch oder sehr).

1. Organisationale Rahmenbedingungen zum Arbeiten im Home-Office

Kriterium	Erfüllt	Teils erfüllt	Nicht erfüllt	Wo gibt es weitere Handlungsmöglichkeiten?
1.1 Es liegen schriftliche Vereinbarungen zur Arbeit im Home-Office in Form von Arbeits-, Kollektivverträgen oder Betriebsvereinbarungen vor.				
1.2 Im Unternehmen ist geregelt, wer wie häufig, wie lange und an welchen Tagen im Home-Office arbeiten darf.				
1.3 Pausen- und Ruhezeiten für Mitarbeiter:innen im Home-Office sind geregelt. Erreichbarkeitszeiten sind bekannt.				
1.4 Es gibt Personen im Betrieb, die sich aktiv mit Neuerungen zur virtuellen Zusammenarbeit beschäftigen.				
1.5 Das Unternehmen unterstützt Mitarbeiter:innen im Home-Office und hat eine Service-Stelle für entsprechende Fragen eingerichtet.				

1.6 Wie Home-Office-freundlich ist die Unternehmenskultur	1	5	10
1.7 Wie umfangreich informiert der Betrieb über gesundheitsförderliche Pausengestaltung?	1	5	10
1.8 Wie wird die Meeting-Kultur im Unternehmen gepflegt?	1	5	10

2. Virtuelles Führen

Kriterium	Erfüllt	Teils erfüllt	Nicht erfüllt	Wo gibt es weitere Handlungsmöglichkeiten?
<p>2.1 Zwischen Führungskräften und Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern im Home-Office gibt es regelmäßig wertschätzende Einzelgespräche.</p>				
<p>2.2 Führungskräfte wurden für ihre Vorbildfunktion in der virtuellen/hybriden Zusammenarbeit sensibilisiert und handeln selbstfürsorglich.</p>				
<p>2.3 Führungskräfte tragen mit den virtuellen Mitteln zu gegenseitigem Vertrauen im Team/in der Abteilung bei.</p>				
<p>2.4 Für Führungskräfte bestehen Möglichkeiten, die eigenen virtuellen Führungskompetenzen in Weiterbildungen auf-/auszubauen</p>				

2.5 Wie partizipativ wird in der virtuellen/hybriden Zusammenarbeit geführt?

1

5

10

2.6 Wie wertschätzend wird in der virtuellen/hybriden Zusammenarbeit geführt?

1

5

10

2.7 Wie stark bauen Führungskräfte ihre eigenen virtuellen Führungskompetenzen aus?

1

5

10

3. Arbeitsorganisation zum Arbeiten im Home-Office

Kriterium	Erfüllt	Teils erfüllt	Nicht erfüllt	Wo gibt es weitere Handlungsmöglichkeiten?
3.1 Mitarbeiter:innen verfügen über den nötigen Entscheidungs- und Handlungsspielraum für ihre Aufgaben und Tätigkeiten zuhause.				
3.2 Im Betrieb ist für alle Beschäftigten transparent ersichtlich, welche Aufgaben Mitarbeiter:innen im Home-Office erledigen.				
3.3 Den Mitarbeitenden ist klar, wie sie mit Datensicherheit und Datenschutz zuhause umgehen.				

3.4 Inwiefern können sich Mitarbeiter:innen bei Entscheidungen im Unternehmen, wenn sie im Home-Office sind, beteiligen? 1 5 10

3.5 Wie gut wird sichergestellt, dass alle wesentlichen Informationen auch alle Beschäftigten rechtzeitig erreichen? 1 5 10

3.6 Wie stark werden Online-Tools, z. B. für ungestörtes Arbeiten, Pausen-Management, Kommunikation, Arbeitsaufteilung im Team, Zeiterfassung oder zum Teilen von Dokumenten im Betrieb verwendet? 1 5 10

4. Individuelle und soziale Kompetenzen für die Arbeit im Home-Office

Kriterium	Erfüllt	Teils erfüllt	Nicht erfüllt	Wo gibt es weitere Handlungsmöglichkeiten?
4.1 Mitarbeiter:innen können jobbezogene Fähigkeiten für das Arbeiten im Home-Office im Rahmen von Weiterbildungen ausbauen.				
4.2 Es finden Fort- und Weiterbildungen zur Stärkung individueller und sozialer Kompetenzen für das Arbeiten im Home-Office für Mitarbeiter:innen und Führungskräfte statt.				
4.3 Führungskräfte, Kolleginnen und Kollegen unterstützen einander gegenseitig, auch bei der Arbeit im Home-Office.				

4.4 Wie sehr werden Mitarbeiter:innen dafür sensibilisiert, individuelle Kompetenzen (z. B. Selbstorganisation, Zeitmanagement, Verantwortungsübernahme) speziell für das Arbeiten im Home-Office zu stärken? 1 5 10

4.5 Inwiefern gibt es im Betrieb Unterstützungsangebote für die Entwicklung dieser Kompetenzen ? 1 5 10

5. Arbeitsraumgestaltung im Home-Office

Kriterium	Erfüllt	Teils erfüllt	Nicht erfüllt	Wo gibt es weitere Handlungsmöglichkeiten?
5.1 Mitarbeiter:innen werden darüber informiert, wie ein gesundheitsförderliches Home-Office gestaltet werden kann.				
5.2 Mitarbeiter:innen können Schulungen zur Arbeitsraumgestaltung im Home-Office besuchen.				

5.3 Wie verständlich und ansprechend gestaltet sind Informationen zur Arbeitsraumgestaltung im Home-Office? 1 5 10

5.4 Wie vielfältig sind Schulungsangebote zur Arbeitsraumgestaltung im Home-Office? 1 5 10

6. Arbeitsmittel, IKT (Informations- und Kommunikationstechnik) für das Arbeiten im Home-Office

Kriterium	Erfüllt	Teils erfüllt	Nicht erfüllt	Wo gibt es weitere Handlungsmöglichkeiten?
6.1 Mitarbeitenden werden die notwendigen Arbeitsmittel (Hardware, Software, Diensttelefon) für die Arbeit im Home-Office zur Verfügung gestellt.				
6.2 Der Betrieb ermöglicht den Mitarbeitenden einen sicheren Zugang zum Unternehmensserver.				

6.3 Inwiefern gibt es Unterstützungs- und Informationsmöglichkeiten für Mitarbeiter:innen bei technischen Fragen und Problemen im Home-Office? 1 5 10