



**Bachelor of Science
Wirtschaftsingenieurwesen**



Sascha Djurdjevic, Absolvent 2023
Fabian Beckert, Referent

**Der Einfluss von digitalen Medien und ständiger Erreichbarkeit auf die Arbeitswelt
Abstract/Management Summary**

In der vorliegenden Bachelor-Thesis wird das Thema "Digitalisierung und ihr Einfluss auf die Arbeitswelt" untersucht. Das Ziel dieser Arbeit ist, die Faktoren zu identifizieren, welche die Einflüsse von digitalen Medien und ständiger Erreichbarkeit fördern. Digitale Medien sind aus dem Arbeitsalltag praktisch nicht mehr wegzudenken. Durch Home-Office wird auch die Arbeit von zuhause immer mehr als «normal» betrachtet und man arbeitet hin und wieder auch nach der Arbeitszeit noch an einem Projekt oder schreibt noch eine wichtige Mail zu Ende. Die Studie wurde durch die Analyse von diversen Literaturquellen zu Themen wie «Erweiterte berufsbezogene Arbeit», «Digitalisierung» oder auch «Persönlichkeit, Burnout und Work Engagement» aufgebaut und mit einer quantitativen Online-Umfrage von 94 Teilnehmern durchgeführt. Die Digitalisierung wirkt sich weiterhin auch auf den Arbeitsmarkt aus. In Zukunft werden Technologien wie KI, AR und VR einige Jobs ersetzen, aber auch neue Arbeitsplätze schaffen. Es scheint nun wichtig, sich mit den Auswirkungen der Digitalisierung auf die Arbeitswelt auseinanderzusetzen, um sich auf die kommenden Veränderungen vorzubereiten. Mitarbeiter sind unter anderem die bedeutsamste Ressource eines Unternehmens. Daher ist es essenziell, dass die Mitarbeiter psychisch gesund bleiben und sich während der Freizeit erholen können



Abbildung 1 - Überforderung durch Digitalisierung in der Arbeitswelt
(Quelle: The Digital Talents, 2019)

Diverse Personen aus verschiedenen Unternehmen wurden anhand eines geschlossenen Onlinefragebogens zu Faktoren wie «Nutzung Digitaler Medien», «Erreichbarkeit nach der Arbeitszeit», «Stresszustand» und «Allgemeines Wohlbefinden» befragt. Die Ergebnisse wurden mittels deskriptiver Statistik ausgewertet. Die Auswertung der Hypothesen erfolgte durch Tests für unabhängige Stichproben. Dadurch resultierten differenziert starke Zusammenhänge zwischen den Faktoren der Ständigen Erreichbarkeit und jenen der «Stresszustände» und der «Qualität der Freizeit» sowie dem Zusammenhang zwischen dem Faktor «Nutzung Digitaler Medien» und der Verschlechterung des psychischen Wohlbefindens. Aus diesen Untersuchungen konnten weitere spannende Erkenntnisse gezogen werden.

Die ausgewertete Studie ergab, dass die ständige Erreichbarkeit nach der offiziellen Arbeitszeit einen Einfluss auf den Stresszustand und auf die Qualität der Freizeit hat. Die Arbeitnehmenden können sich dadurch nicht optimal erholen und gelangen in einen Erschöpfungsmodus. Es konnte jedoch keine Verschlechterung des psychischen Zustands im Zusammenhang mit dem Einsatz digitaler Medien nachgewiesen werden. Weiterhin muss verfolgt werden, dass, wie in der Literaturrecherche ermittelt wurde, die Arbeitsunfähigkeit aufgrund von psychischen Gründen steigt.