

## Welche Chancen und Risiken die digitalisierte Arbeitswelt bietet – eine Podcast-Episode der BFH Wirtschaft

Von [Anne-Careen Stoltze \(BFH Wirtschaft\)](#) | [0 Kommentare](#)

Viele Menschen arbeiten seit Beginn der Pandemie im Home Office. Das kann Segen und Fluch zugleich sein. Über die Dos und Don'ts spricht Prof. Dr. Nada Endrissat in der 4. Episode des Podcasts «[Lets Talk Business](#)» der BFH Wirtschaft [<https://www.bfh.ch/wirtschaft/de/aktuell/magazine/podcast/>]. Sie untersucht am Institut New Work die Arbeit der Zukunft und die Spannungsfelder der technologisierten Arbeitswelt – zwischen Erschöpfung und Produktivität. In der neusten Folge gibt sie auch praktische Tipps, worauf es bei der Arbeit in den eigenen vier Wänden ankommt und für wen ein Büro in der Natur günstig wäre.

Studien zeigen unter anderem, dass für die höhere Produktivität im Home Office meist auch durch mehr Bildschirmzeit erarbeitet wird. Weitere Studien zeigten, dass Videokonferenzen die Erschöpfung erhöhen, vor allem bei Frauen, weil diese zusätzlich zum Thema sich noch mit den Reaktionen der Teilnehmenden und ihrem Selbstbild beschäftigen. Die New-Work-Expertin resümiert, dass aus der digitalen Daueranwesenheit ein Gegengewicht braucht: mehr Zeit für so genannte Deepwork, also konzentrierte, ungestörte Arbeit, denn “wenn wir ‘always on’ sind, dann werden wir ständig unterbrochen.” Inzwischen gebe es zur digitalen Erschöpfung eine Gegenbewegung. Neben Offline-Camps gibt es auch Apps, um die Onlinezeit zu begrenzen. Insgesamt, so Endrissat führe die smarte Technologie noch zu oft dazu, dass wir härter arbeiten. Sie regt die digitale Entzauberung und mehr Präsenz beim gemeinsamen Erleben an. Ihre Verbesserungsmassnahmen – persönlich: Push-Nachrichten abstellen und sonst:

1. mit HR-Policies vereinbaren, bei denen verbindliche Regeln wie Zeitlimitierung die Mitarbeiter\*innen schützen
2. Organisationen sollen den Produktivitätsimperativ überdenken und ganzheitlicher denken
3. eine weniger formelle Teamkultur entwickeln
4. die individuelle Ebene zu berücksichtigen, Stichpunkt Selbstmanagement.

Hören Sie mehr über die Gestaltung der neuen Arbeitswelten in der neuesten Episode des Podcasts «Let’s Talk Business» der BFH Wirtschaft [<https://www.bfh.ch/wirtschaft/de/aktuell/magazine/podcast/>].

**Let's Talk Business**



**Let's Talk Business Episode #4  
- Neue Arbeitswelt**

 **Episode  
abspielen** **33:15**

Alle Episoden von Let's Talk Business [<https://www.bfh.ch/wirtschaft/de/aktuell/magazine/podcast/>] finden Sie auf der Website der BFH Wirtschaft [<https://www.bfh.ch/de/aktuell/magazine/podcast/>] und auch auf Spotify [<https://open.spotify.com/show/1n7BsUOCH6jh3WrQRdWXUF>] , Deezer [<https://www.deezer.com/de/show/3107132>] und Google Podcast [<https://podcasts.google.com/feed/aHROcHM6Ly9sZXRzdGFsa2j1c2luZXNzLnBvZGlnZWUuaW8vZmVlZC>]

AUTOR/AUTORIN: ANNE-CAREEN STOLTZE



Anne-Caren Stoltze ist Redaktorin des Wissenschaftsmagazins SocietyByte und Host des Podcasts "Let's Talk Business". Sie arbeitet in der Kommunikation der BFH Wirtschaft, sie ist Journalistin und Geologin.

[Posts von Anne-Caren Stoltze | Website](#)

[PDF erstellen](#)

## Ähnliche Beiträge

Es wurden leider keine ähnlichen Beiträge gefunden.

---

0

KOMMENTARE