

Home Office – Die wichtigsten Vor- und Nachteile beim Arbeiten von Zuhause

Wer nicht unbedingt ins Büro muss, kann immer häufiger von Zuhause arbeiten – das gilt auch für konservativere Branchen, die traditionell auf volle Büropräsenz bestanden haben.

Spätestens seit Beginn der Corona-Pandemie im Frühjahr 2020 gilt für viele Mitarbeitende immer häufiger Heimarbeit. Laut einer Studie der Hans-Böckler-Stiftung zum Thema Homeoffice-Nutzung arbeiteten vor der Corona-Pandemie nur 4 % aller Erwerbstätigen überwiegend oder komplett von Zuhause. Zum ersten Lockdown im März 2020 stieg dieser Anteil auf einen Höchstwert von 28 %. Trotz Lockerung von Corona-Maßnahmen verbrachten im Juli 2021 immer noch 15 % aller Angestellten den Großteil ihrer Arbeitszeit im Homeoffice. Auch wenn durch positive Entwicklungen im Pandemie-Verlauf Arbeitnehmer häufiger wieder ins Büro zurückkehren: Flexible Arbeitsmodelle, Hybridlösungen und ortsungebundenes Arbeiten sind von einer erzwungenen Übergangslösung zu einer echten Alternative für Unternehmen und ihre Mitarbeitenden geworden. Während diese neue Arbeitswelt viele Chancen mit sich bringt, stellt sie viele Mitarbeitende vor neue Herausforderungen. Wir stellen Ihnen die wichtigsten Vor- und Nachteile des Home Office im Folgenden kurz und kompakt vor.

Die Vorteile des Homeoffice

Nie wieder Pendeln

Für Viele gehörte vor der Corona-Pandemie das tägliche Pendeln von Zuhause zum Arbeitsplatz, sei es mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder dem eigenen Auto zum ganz normalen Alltag. Regelmäßiges Pendeln ist jedoch auch ein großer Zeitverlust. Bei angenommen 220 Arbeitstagen pro Jahr und insgesamt 1 Stunde tägliche Pendelzeit verlieren Sie mehr als 9 volle Tage nur durch Ihren Arbeitsweg. Das ist verlorene Zeit, die Sie anderweitig produktiv für sich selber oder Ihren Arbeitgeber nutzen könnten. Dazu kommen ständig steigende Benzinkosten sowie Ausgaben für den Verschleiß und Instandhaltung Ihres Autos. Besonders Autofahren zur Rush Hour und Verspätungen durch Staus sind für viele zusätzliche Stressfaktoren im Arbeitsalltag. Eine K Studie der Techniker Krankenkasse hat herausgefunden, dass Pendeln nicht nur zu „psychischem Stress, sondern auch zu einer ganzen Reihe körperlicher Beschwerden“ zur Folge haben kann: Pendler sind häufiger krank. Nicht zu vernachlässigen ist auch der CO₂-Ausstoß Ihres Autos, der bei Staus und Stop-and-Go Verkehr die Umwelt besonders stark belastet. Mit Bus und Bahn kommen Sie zwar umweltfreundlicher zur Arbeit, aber überfüllter Nahverkehr ist gerade in Zeiten von Covid nicht nur unangenehm, sondern stellt auch

ein zusätzliches gesundheitliches Risiko für Sie und Ihre Familie dar. Im Gegensatz zu Ballungszentren ist in vielen ländlichen Regionen das ÖPNV-Netzwerk nur schwach ausgebaut. Das verlängert die Reisezeit und bei mehrfachem Umsteigen kommt es häufiger zu potenziellen Verspätungen. Heimarbeit ohne tägliches Pendeln spart Ihnen also nicht nur Zeit, sondern schont auch Ihren Geldbeutel, ist besser für Ihre Gesundheit, hilft der Umwelt und erhöht Ihre Lebensqualität.

Mehr Flexibilität

Arbeiten von Zuhause eröffnet neue Chancen für flexiblere Arbeitsmodelle. Statt komplett „Remote First“ zu gehen, bietet „Hybrid Working“ Ihnen die Möglichkeit, mehrere Tage pro Woche im Büro zu verbringen, aber an den restlichen Tagen vom Home Office aus zu arbeiten. Das Hybridmodell versucht so ein Gleichgewicht zwischen freier, ortsungebundener Arbeit und Präsenz im Unternehmen zu schaffen. Das kann ein guter Kompromiss zwischen Ihren eigenen Bedürfnissen und die Ihres Arbeitgebers sein. Selbst eher traditionelle DAX-Unternehmen ließen sich von den K Vorteilen des Hybridmodells während der Pandemie überzeugen und wollen es auch in Zukunft beibehalten. Manche Arbeitgeber gehen noch einen Schritt weiter: anstatt ihren Mitarbeitenden im Home Office feste Arbeitszeiten vorzuschreiben, profitieren immer mehr Heimarbeitende von flexibleren Arbeitszeiten. Unternehmen verabschieden sich von dem Modell, Produktivität anhand der Stunden, die Sie an Ihrem Schreibtisch im Büro verbringen, zu messen. Stattdessen zählen Eigenverantwortung, Selbstorganisation und ergebnisorientiertes Arbeiten.

Reduzierte Kosten für beide Seiten

Wenn Sie sonst täglich mit dem Auto ins Büro gefahren sind, profitieren Sie von Einsparungen bei Sprit- und Verschleißkosten. Laut dem K SWR3 Pendler-Rechner betragen die Treibstoff-Kosten für einen einfachen täglichen Arbeitsweg von 25 km bei einem Verbrauch von 6 Liter /100km und Benzinpreis von 1,50€ schon allein 990€ pro Jahr und sorgen für 1.570,80 kg CO₂-Ausstoß. Auch die Kosten für ein Monatsticket im ÖPNV können erheblich sein, wenn Ihr Arbeitgeber Ihr Job-Ticket nicht bezuschusst. Eine IsarCard in München kostet 2021 z. B. zwischen 540€ und 2.085€ pro Jahr. Wer zuhause isst statt in die Kantine oder ein Restaurant zu gehen, kann im Home Office nochmal deutlich sparen. Ein selbstgemachtes Lunchpaket ist im Zweifel deutlich günstiger als gekaufte Sandwiches, Salate und Kaffee zum Mitnehmen. Auch für Ihren Arbeitgeber sinken die Kosten, wenn ein Großteil der Mitarbeitenden von Zuhause arbeitet. Statt feste Arbeitsplätze einzurichten, können sich Kolleginnen und Kollegen Schreibtische nach dem Hot Desking Prinzip teilen – die Wahrscheinlichkeit, dass alle im Büro sind, ist dank flexibler Arbeitsmodelle deutlich niedriger.

Höhere Produktivität

Wer im Großraumbüro arbeitet, wird oft abgelenkt: Kolleginnen und Kollegen unterhalten sich am Nachbarschreibtisch, während Sie sich auf Ihre Aufgabe konzentrieren möchten. Telefone klingeln oder Sie rennen von Team-Meeting zu Team-Meeting, ohne zu Ihrer eigentlichen Arbeit zu kommen. Natürlich ist ein Büro kommunikativer als das Home Office und bringt andere Vorteile. Falls konzentriertes Arbeiten jedoch nur mit Headset und Musik möglich ist, kann ein ablenkungsreiches Arbeitsumfeld schnell zum Produktivitätskiller werden. Im Home Office können Sie sich Ihren Arbeitsplatz nach Ihren Bedürfnissen einrichten und sind seltener vermeidbaren Störfaktoren ausgesetzt. Das kann Ihre effektive Arbeitszeit bzw. Produktivität erhöhen, da Sie ohne unerwünschte Unterbrechungen Ihre Projekte schneller abschließen können.

Bessere Work-Life-Balance

Weniger Zeitverlust durch Pendeln, freiere Arbeit dank flexibler Arbeitsmodelle, höhere Produktivität dank Verzicht auf Großbüro – das hilft vielen Mitarbeitenden eine bessere Balance zwischen Privat- und Arbeitsleben herzustellen. Egal ob ein einfacher Zahnarztbesuch ansteht, das Kind zur Schule gebracht werden muss oder Sie Ihre Mittagspause zum Joggen nutzen möchten: vom Home Office aus lassen sich diese Aufgaben in den Arbeitsalltag einbauen, ohne dass persönliche Bedürfnisse Ihre Produktivität beeinträchtigen. Ausgeglichene Menschen sind glücklicher, leben gesünder und sind zufriedener in ihrem Job.

Die Nachteile des Homeoffice

Fehlende persönliche Kontakte

Laut einer Statista-Umfrage fehlen 74% der Befragten im Home Office direkte Kontakte zu ihren Kolleginnen und Kollegen. Dank eines spontanen, persönlichen Austausch statt ellenlanger E-Mails lassen sich Probleme oft flotter lösen, sodass das gesamte Team schneller vorankommt. Wenn Sie oft auf das Feedback Ihrer Kolleginnen und Kollegen angewiesen sind und im Home Office länger auf Antworten warten müssen, weil Arbeit vorrangig zeitversetzt bzw. asynchron stattfindet, kann Heimarbeit Frust bringen. Leider bleibt die persönliche Komponente im Home Office häufig auf der Strecke: kein kurzer Austausch in der Kaffeeküche über Neuigkeiten aus dem Privatleben, kein gemeinsames Bier nach der Arbeit und vieles mehr, das ein Team sonst zusammen schweiß. Gerade wenn nur ein Teil des Teams Remote arbeitet, können Heimarbeiter schnell den Anschluss verpassen. Wichtig ist, dass

Teams und Management aktiv dieser Tendenz entgegenarbeiten. Wenn alle nicht mehr im gleichen Raum sitzen, werden Kommunikationstools wie Microsoft Teams oder Slack zum internen Austausch immer wichtiger. Da Arbeit überwiegend virtuell stattfindet, haben alle eine Verantwortung, Projektfortschritte und individuelle Erfolge sichtbar zu machen und transparent zu arbeiten. So verliert niemand die Verbindung zum Rest des Teams und alle können an Entscheidungsprozessen teilnehmen.

Fehlender Abstand

Nicht abschalten können, weil der Esstisch zugleich Schreibtisch ist und man Zuhause ständig an Arbeit erinnert wird: Wenn Grenzen verschwimmen, kann es passieren, dass Ihnen im Home Office die Decke auf den Kopf fällt und Sie sich nicht mehr entspannen können. Da Sie als Remote Worker am gleichen Ort Leben und Arbeiten, erfordert die Trennung von Beruf und Privatem ein gewisses Level an persönlichem Einsatz. Theoretisch ist die Gefahr größer, im Home Office mehr Überstunden als im Büro zu sammeln. Wenn am Ende des Tages keine wichtigen Verpflichtungen anstehen, ist es einfacher noch ein bisschen länger im Arbeitszimmer zu bleiben anstatt abzuschalten. Deshalb sollten Sie in Ihren Arbeitstag tägliche Rituale wie z. B. Spaziergänge einbauen, die für Sie eine klare Grenze zwischen Arbeit und Freizeit signalisieren. Einfach mal die Tür zumachen und Arbeit Arbeit sein zu lassen, ist Lebensqualität. Sollten Sie bemerken, dass Ihnen Arbeiten von Zuhause schwerfällt, suchen Sie auf jeden Fall das Gespräch mit Ihrem Arbeitgeber. Eventuell sind flexible Hybridmodelle, die Ihnen einen Ausgleich zwischen Heimarbeit und Office bieten, oder eine Rückkehr ins Büro in Ihrem Unternehmen möglich.

Ablenkungen im Home Office

Störungen gibt es nicht nur durch laute Telefongespräche und Kolleginnen und Kollegen im Büro. Im Home Office sind es oft andere Ablenkungen, die den Arbeitsalltag beeinträchtigen können. Der Paketbote klingelt, der Handwerker kommt vorbei, der Nachbar gibt was ab – der Kühlschrank ist schon wieder leer und Staubsaugen könnte man auch mal wieder. Selbstverständlich ist es praktisch, dass man schon da ist, um die Tür aufzumachen. Deshalb berichten viele Heimarbeiter von einer besseren Work-Life-Balance. Aber ständige kurze Unterbrechungen im Home Office, um nur schnell etwas nebenbei zu erledigen, können schnell zum Problem werden. Was bei Unterbrechungen durch Familienangehörige oder kurze Erledigungen zählt ist, dass man Anderen Grenzen aufzeigt und sich Struktur im Home Office Alltag schafft. Nur weil man nicht im Büro ist, heißt es nicht, dass man verfügbar ist. Auch das klappt nicht immer von vornherein und ist für Freunde und Familie ein ständiger Lernprozess. Im gleichen Maße hilft ein strukturierter Arbeitstag Ihnen dabei, kleineren Erledigungen nur so viel Platz wie nötig zu geben. Ziel ist, die Vorteile größerer Flexibilität im Home Office genießen

können, ohne dass Sie im Beruf wegen persönlicher Verpflichtungen unter Druck geraten.

Vorurteile gegenüber dem Home Office

Für alle ist der Umzug ins Home Office ungewohnt. Zu Beginn der Umstellung gibt es für Sie, Ihr Umfeld und Ihren Arbeitgeber eine Lernphase, in der Sie womöglich mit verschiedensten Vorurteilen konfrontiert werden. Manche Arbeitgeber fürchten einen Kontrollverlust, da Sie nicht mehr physisch im Büro anwesend sind. Statt morgens um Neun am Arbeitsplatz zu sitzen, bleibt ihr Schreibtisch leer. Sie melden sich von Zuhause, sobald Sie Ihren Tag beginnen und sind in Kernzeiten nach wie vor erreichbar. Trotzdem sind viele Unternehmen besorgt, dass Ihre Produktivität durch Heimarbeit sinkt. Schließlich ist nicht mehr direkt kontrollierbar ist, ob Sie Ihr Stundensoll erfüllen. Darüber hinaus befürchten Unternehmen häufig, dass im Home Office die Identifikation mit dem Unternehmen abnimmt. Sinkt durch die Entfernung zum Arbeitsplatz die Loyalität zum Job, kann es schwieriger sein, Mitarbeitende langfristig an das Unternehmen zu binden. Home Office-Vorbehalte in der Unternehmensleitung resultieren auch aus Bedenken gegenüber der fehlenden Sichtbarkeit des Teams und Mangel an Einsicht in den Arbeitsprozess der Mitarbeitenden. Um Vorurteile zu widerlegen, erfordert es ein Umdenken hin zu selbstverantwortlichen, ergebnisorientierten Arbeiten. Dieser Wandel findet dank innovativer, flexibler Arbeitszeitmodelle bereits in vielen Unternehmen statt.

Arbeiten im Home Office – Unser Fazit

Arbeiten im Home Office bedeutet für Mitarbeitende einen neuen Grad an Flexibilität und Selbstbestimmtheit, den viele nicht mehr missen wollen bzw. immer mehr von Arbeitgebern einfordern.

Wo nicht die ganze Zeit im Home Office gearbeitet werden kann und persönliche Präsenz notwendig ist, oder wo Mitarbeitende sich mehr Abwechslung wünschen, werden Hybridmodelle mit flexibler Zeiteinteilung sich weiter durchsetzen. Neben Kosteneinsparungen für Arbeitnehmer und -geber, höherer Produktivität und besserer Work-Life-Balance, bringen diese flexiblen Arbeitsmodelle aber nicht nur Vorteile. Arbeitet ein Teil der Belegschaft weiter im Büro, müssen Angestellte im Home Office aktiv ins Geschehen eingebunden werden, um nicht den Anschluss zu verlieren das setzt eine offene, transparente Arbeits- und Kommunikationskultur voraus. Wo es Mitarbeitenden schwer fällt, von Zuhause auszuarbeiten, müssen sie von ihren Arbeitgebern aktiv unterstützt werden. Es ist absehbar, dass der Anteil an Home Office oder Remote First Jobs gerade in stark digitalisierten Unternehmen stetig zunehmen wird. Und wenn dem Home Office die Zukunft gehört, dann müssen alle gemeinsam daran arbeiten, dass innovative Arbeitskonzepte Priorität innerhalb des Unternehmens haben.