

# Argumentarium und wissenschaftliche Quellen

Gesundheitsförderliche Büros sind in vielerlei Hinsicht eine Win-win-Situation. Hier finden Sie die wichtigsten Argumente auf einen Blick.

## 1 Vorteile von gesundheitsförderlichen Büroräumen (inkl. gutem Change) für das Unternehmen

- Die physische Arbeitsumgebung wie auch der begleitende Veränderungsprozess beeinflussen Wohlbefinden und Gesundheit (z. B. Schanné et al. 2018; Windlinger 2012; Janser et al. 2015). Viele Studien konnten zeigen, dass Gesundheit mit der Arbeitsleistung zusammenhängt (Krause et al. 2016).
- Die gesundheitsgerechte Gestaltung von Büroräumen ermöglicht Kosteneinsparungen durch weniger krankheits- bzw. stressbedingte Ausfallzeiten und höhere Leistung der Mitarbeitenden (Janser et al. 2015).
- Workplace spiegelt die Unternehmenskultur wider (Zerella et al. 2017). Somit kann Gesundheit als organisationaler Wert in der Arbeitsumgebung symbolisch zum Ausdruck kommen und steigert die Arbeitgeberattraktivität.
- Der Büroraum ist ein Handlungsfeld im betrieblichen Gesundheitsmanagement (Krause et al. 2016) und bietet einen niederschweligen Einstieg.

## 2 Vorteile von gesundheitsförderlichen Büroräumen (inkl. gutem Change) für den einzelnen Mitarbeitenden

- Die gesundheitsgerechte Gestaltung von Büroumgebungen und Workplace Change Management führt zu höherem Wohlbefinden, weniger Stress und besserer Gesundheit (Meijer et al. 2009).
- Die Zufriedenheit der Nutzenden mit den Einflussfaktoren im Büroraum (z. B. Raumklima, Privacy, Lärm, ästhetische Erscheinung) hängt mit selbstberichteten körperlichen Symptomen (z. B. Hautproblemen, Augenproblemen, Atemwegsbeschwerden) zusammen (Janser et al. 2015).
- Die gesundheitsgerechte Gestaltung von Büroräumen stellt Ressourcen zum Umgang mit Stressoren zur Verfügung, zum Beispiel indem Möglichkeiten zur Regulation von Privacy verbessert oder zur Verminderung von Störungen und Ablenkungen geschaffen werden. Dadurch lassen sich Erschöpfungssymptome reduzieren (Janser et al. 2015; Laurence et al. 2013).

### 3 Quellen

- Janser, M., Windlinger, L., Leiblein, T., Hofmann, T., Wallbaum, H., Feige, A., Cui, Y.Y. & Lange, S. (2015). *Leitfaden für Nachhaltige Bürogebäude*. Retrieved from [www.nachhaltigebueros.ch](http://www.nachhaltigebueros.ch)
- Krause, K., Basler, M. & Bürki, E. (2016). *BGM voranbringen mit Wirkungsüberprüfungen – ein Leitfaden für Betriebe*. Arbeitspapier 38. Gesundheitsförderung Schweiz: Bern und Lausanne. [https://promotionsante.ch/assets/public/documents/de/5-grundlagen/publikationen/bgm/arbeitspapiere/Arbeitspapier\\_038\\_GFCH\\_2016-12\\_-\\_Leitfaden\\_Wirkungsueberpruefung\\_BGM.pdf](https://promotionsante.ch/assets/public/documents/de/5-grundlagen/publikationen/bgm/arbeitspapiere/Arbeitspapier_038_GFCH_2016-12_-_Leitfaden_Wirkungsueberpruefung_BGM.pdf)
- Laurence, G. A., Fried, Y. & Slowik, L. H. (2013). «My space»: A moderated mediation model of the effect of architectural and experienced privacy and workspace personalization on emotional exhaustion at work. *Journal of Environmental Psychology*, 36, 144-152. doi:10.1016/j.jenvp.2013.07.011
- Meijer, E. M., Frings-Dresen, M. H. W. & Sluiter, J. K. (2009). Effects of office innovation on office workers' health and performance. *Ergonomics*, 52(9), 1027-1038.
- Schanné, F., Windlinger, L., Konkol, J., Weichbrodt, J., Schläppi, M., Gisin, L., Meier, G. & Degenhardt, B. (2018). *Einfluss des Büroraums und des begleitenden Veränderungsprozesses auf die psychische Gesundheit – Ergebnisse des Forschungsprojekts «Offices, Change & Health»*. Retrieved from [https://gesundheitsfoerderung.ch/assets/public/documents/de/5-grundlagen/publikationen/bgm/faktenblaetter/Faktenblatt\\_031\\_GFCH\\_2018-03\\_-\\_Einfluss\\_des\\_Bueroraums.pdf](https://gesundheitsfoerderung.ch/assets/public/documents/de/5-grundlagen/publikationen/bgm/faktenblaetter/Faktenblatt_031_GFCH_2018-03_-_Einfluss_des_Bueroraums.pdf)

- Windlinger, L. (2012). *Effective workplaces: contributions of spatial environments and job design – A study of demands and resources in contemporary Swiss offices*. (PhD Thesis). University College London, London.
- Zerella, S., von Treuer, K. & Albrecht, S. L. (2017). The influence of office layout features on employee perception of organizational culture. *Journal of Environmental Psychology*, 54, 1-10. doi:10.1016/j.jenvp.2017.08.004

### 4 Weiterführende Literatur

- Leitfaden «Gesundheitsförderliche Büroräume und Workplace Change Management»
- Faktenblatt «Einfluss des Büroraums und des begleitenden Veränderungsprozesses auf die psychische Gesundheit»
- Faktenblatt «Belastende Faktoren im Büroraum und deren Einfluss auf die psychische Gesundheit und das Arbeitsengagement»
- Bericht «Gesundheitsförderliche Büroräume»
- Arbeitspapier «Neue Arbeitswelten: Kompetenzentwicklung für geringeres Stresserleben»
- Produktivität und Gesundheit in neuen Arbeitswelten – ein Kompetenzmodell
- [www.fws-office.ch/downloads](http://www.fws-office.ch/downloads)

#### Website

[www.fws-office.ch](http://www.fws-office.ch)

