



Bürohunde sorgen für gutes Arbeitsklima

Die gute Nachricht

Zwischen Videokonferenzen, E-Mails und Besprechungen bleibt oft wenig Zeit zum Durchatmen. Umso wichtiger ist es, sich in Pausen bewusst zu entspannen und den eigenen Akku wieder aufzuladen. Über eine gesunde Pausenkultur informiert die AOK auf ihren Internetseiten.

[> Infos.](#)

Inhalt

Ruhestand fördert geistigen Abbau: S.3

Experten fordern ein flexibleres Renteneintrittsalter. [>](#)

Apps auf Rezept zünden nicht richtig: S.4

Viel Luft nach oben bei den „DiGA“. [>](#)

Der Hund als Kollege

Immer mehr Unternehmen erlauben ihren Beschäftigten, einen Hund zur Arbeit mitzubringen. Bürohunde haben Experten zufolge viele Vorteile. Sie steigern das gesundheitliche Wohlbefinden und stärken die Zusammenarbeit. Auch Betriebsräte haben mit dem Thema zunehmend zu tun.

„Hunde tun uns gut“, weiß Markus Beyer, Vorsitzender des „Bundesverbandes Bürohund“. Im Gespräch mit AOK Original verweist der Coach und Hundetrainer auf zahlreiche Studien. Eine davon stammt von der schwedischen Wissenschaftlerin Linda Handlin. Sie fand heraus, dass Hunde beim Menschen für die Ausschüttung des stressreduzierenden Liebes- oder Kuschelhormons „Oxytocin“ sorgen, das sich auch bei Eltern von neugeborenen Kindern findet. Studien haben zudem ergeben, dass Hunde allgemein Stress mindern und den Blutdruck senken. Und ein Hund bringt Menschen dazu, sich mehr draußen zu bewegen, etwa in der Mittagspause.

Darüber hinaus befördere ein Bürohund aus unschönen Gedanken heraus, denn psychische Erschöpfung und Erkrankungen fänden letztendlich im Kopf statt, berichtet Beyer. Nicht zuletzt kommen Kolleginnen und Kollegen über den

Vierbeiner schneller miteinander in Kontakt, das Arbeitsklima verbessert sich. Oftmals finden sich im Team „Gassi-Paten“. Insgesamt steigern ein Hund Zufriedenheit und Gesundheit, die Mitarbeitenden seien produktiver und arbeiteten mehr, so Beyer.

Die Unternehmen könnten durch die Zulassung von Hunden ein größeres Ansehen gewinnen und Menschen einen zusätzlichen Anreiz bieten, bei ihnen zu arbeiten und lange im Betrieb zu bleiben. Beyers Verband bekommt nach eigenen Angaben immer mehr Anfragen von kleinen und großen Firmen, die über den Hund als Kollegen nachdenken.

Für das Mitbringen von Hunden ins Büro sind jedoch Regeln zu beachten. Das Tier müsse stubenrein und im Umgang mit Menschen und Artgenossen „sozial kompatibel“ sein, sagt Beyer. Auf Signale seiner Halter sollte der Vierbeiner hören. „Frauchen“ oder „Herrchen“ sollte zudem ein Basis-Hundewissen erworben haben. Auch Schutzimpfungen des Tieres und eine Haftpflichtversicherung sind wichtig.

Welche Bedingungen und Regeln in dem Betrieb gelten sollen, kann in einem Vertrag vereinbart werden. So kann etwa festgelegt werden, in



welche Bereiche der Hund Zugang hat und welche für ihn tabu sind, etwa bestimmte Besprechungsräume oder die Teeküche. Auf diese Weise sollen Beschäftigte geschützt werden, die mit Hunden nichts zu tun haben möchten oder vielleicht eine Allergie haben.

Tierschützer weisen darauf, dass ein Hund im Büro einen ruhigen Platz benötigt, am besten hinter dem Schreibtisch seiner Bezugsperson. Der Korb sollte nicht im Durchgang oder auf dem Weg zum Drucker oder Kopierer stehen, auch nicht an Hitze-, Lärm- oder Emissionsquellen. Darüber hinaus gilt fürs Büro wie im privaten Umfeld, dass der Hund regelmäßige Bewegung, Auslastung und Kontakt zu Artgenossen benötigt. [>Infos.](#)

Webtipp

Im Internet gibt es einen Mustervertrag für Hunde im Office.

[> Download](#)



Burnout in Sozialbranche

Das Burnout-Risiko von Beschäftigten in der Sozialen Arbeit ist laut ver.di „extrem hoch“. Die Gewerkschaft bezieht sich dabei auf eine Studie, an der im November mehr als 8.200 Beschäftigte von Kindertageseinrichtungen, der Behindertenhilfe, den Jugendämtern, den Ganztagsschulen sowie Beratungsstellen und der Kinder- und Jugendarbeit teilnahmen.

Die Ergebnisse zeigten, dass viele Beschäftigte die gesetzlich vorgesehenen Erholungspausen seit Ausbruch der Pandemie häufig ausfallen ließen, um die Arbeit zu schaffen. 40 Prozent der Befragten gaben an, regelmäßig drei oder mehr Stunden wöchentlich zusätzlich zu arbeiten. Über 60 Prozent gehen häufig oder sehr häufig an die Grenze ihrer Leistungsfähigkeit. Über 65 Prozent der Befragten stehen bei ihrer Arbeit unter Zeitdruck. 77 Prozent gehen davon aus, dass sie nicht bis zur Rente weiterarbeiten können. [Infos.](#)

Geistiger Abbau

Der Ruhestand nach einem langen Erwerbsleben beschleunigt den geistigen Abbau. Laut dem Leibniz-Institut für Wirtschaftsforschung (RWI) verlieren die meisten Menschen nach der Pensionierung ihre Gedächtnisfähigkeiten deutlich schneller. Der Effekt des Ruhestands auf das Gedächtnisvermögen entspreche etwa der altersbedingten Verschlechterung, die sich zwischen dem 60. und 70. Lebensjahr einstelle. „Der normale kognitive Abbau, den Menschen innerhalb von zehn Jahren erfahren, verdoppelt sich durch die Verrentung noch einmal“, so die Essener Forscher.

Ein flexibleres Pensionseintrittsalter könne positive Gesundheitsfolgen haben. Zudem sollten ältere Menschen den Ruhestand möglichst aktiv gestalten und gesellschaftlich stärker eingebunden werden. Die Studie wertete die Leistungsfähigkeit von knapp 100.000 Personen in Worterinnerungstests aus. [Infos.](#)



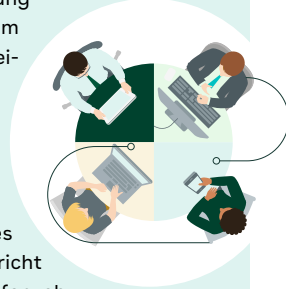
Rechtskolumne

5 Agile Arbeit

Betriebsräte haben ein Mitbestimmungsrecht bei der Durchführung von Gruppenarbeit, die im Rahmen des agilen Arbeitens stattfindet. Das entschied das Arbeitsgericht Bonn. Sein Recht auf Mitsprache eingefordert hatte der Gesamtbetriebsrat eines Unternehmens. Dem Gericht oblag es nun zu überprüfen, ob das agile Arbeiten im vorliegenden Fall die Kriterien der Gruppenarbeit erfüllt. Dabei sei es im Sinne des Gesetzes für eine Gruppenarbeit erforderlich, dass eine Mehrheit von Beschäftigten in einer organisierten Gemeinschaft eine Arbeitsleistung erbringe, für deren Gelingen sie gemeinsam verantwortlich sei, so das Gericht.

Es urteilte: „Wenn es der Arbeitsgruppe überlassen bleibt, die Arbeitsschritte unter den einzelnen Gruppenmitgliedern aufzuteilen, handelt es sich um Gruppenarbeit.“ Das wurde im vorliegenden Fall bejaht und dem Betriebsrat damit ein Mitbestimmungsrecht eingeräumt. Generell sei jedoch in jedem Einzelfall von agilem Arbeiten zu untersuchen, ob tatsächlich Gruppenarbeit ausgeübt werde.

3 BV 116/22



Luft nach oben bei den „Apps auf Rezept“

Sie sollen bei Depressionen, Migräne, Rückenschmerzen oder Übergewicht helfen: digitale Gesundheitsanwendungen. Die seit mehr als zwei Jahren im Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) enthaltenen „DiGA“ können dazu beitragen, eine Krankheit schnell zu überwinden und Alltag und Job zu meistern. Doch bei der Anwendung gibt es viel Luft nach oben.

Eine Online-Befragung des AOK-Bundesverbandes unter 2.600 AOK-versicherten Nutzenden der „App auf Rezept“ zeigt: 58 Prozent der Userinnen und User halten die DiGA für eine sinnvolle Therapieergänzung, aber nur 26 Prozent halten sie für unverzichtbar. Auf gut die Hälfte trifft diese Aussage „eher nicht“ oder „überhaupt nicht“ zu. Als größten Vorteil nannten die Teilnehmenden die Möglichkeit zur zeitlich flexiblen Nutzung (70 Prozent). 40 Prozent gaben an, dass ihnen die Anwendung geholfen habe, ihre Erkrankung besser in den Griff zu bekommen.

Nur 38 Prozent der Befragten würden aber Menschen mit vergleichbarer Diagnose die genutzte DiGA sehr wahrscheinlich weiterempfehlen. Knapp ein Fünftel hatte Probleme bei der Umsetzung der digitalen Therapieinhalte, weitere 28 Prozent hatten teilweise Probleme. Für 15 Prozent passten die Inhalte nicht zu ihrer individuellen Krankheitssituation. „Die Ergebnisse spiegeln wider, dass die genutzten DiGA nicht immer dem Bedarf und den Bedürfnissen der Versicherten entsprechen“, sagte AOK-Ver-

bandschefin Carola Reimann. Herkömmliche Therapien vor Ort, beispielsweise die Physiotherapie bei Rückenbeschwerden, seien in vielen Fällen die bessere Wahl.

Laut Befragung nutzten 23 Prozent der Patientinnen und Patienten ihre App kürzer als vorgesehen, fünf Prozent sogar nur wenige Tage. Die GKV müsse trotz Therapieabbruch den vollen Preis bezahlen, bemängelte Reimann. Nötig sei deshalb „die verpflichtende Einführung von Test-Zeiträumen, in denen die Anwendung vor der eigentlichen Verordnung ausprobiert werden kann“.

Apps & Links

- **Offizielles DiGA-Verzeichnis des BfArM.**
- **Aktuelle Zahlen und Fakten der AOK zur Kranken- und Pflegeversicherung.**



Der GKV-Spitzenverband kommt mit Verweis auf seinen aktuellen DiGA-Bericht zu der Schlussfolgerung, die digitalen Anwendungen seien nach mehr als zwei Jahren noch nicht in der Versorgung angekommen und steckten weiter in den Kinderschuhen. Seit Anfang 2022 bewege sich die monatliche Menge der eingelösten Freischaltcodes auf einem nahezu unveränderten Niveau zwischen 10.000 und 12.000 DiGA.

Insgesamt sind bislang 40 DiGA gelistet, davon die meisten aus dem Bereich der psychischen Erkrankungen. Der Durchschnittspreis liegt laut GKV-Verband bei rund 500 Euro für eine 90-tägige Nutzung. Von der Einführung im September 2020 bis September 2022 wurden rund 164.000 DiGA in Anspruch genommen. [➤ Infos.](#)

Impressum

Herausgeber: AOK-Bundesverband GbR; Redaktion und Grafik: KomPart Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG 10178 Berlin, Rosenthaler Straße 31, www.kompart.de; Verantwortlich: Frank Schmidt; Redaktion: Thorsten Severin, Stefanie Roloff; Creative Director: Sybilla Weidinger; Fotos: S.1: iStock.com/SrdjanPav, S.2: iStock.com/Obradovic, S.3: iStock.com/Adene Sanchez, Phynart Studio, AOK, S.4: iStock.com/woojpn; Informationen zum Datenschutz finden Sie hier: www.aok-original.de/datenschutz.html