

30. Januar 2026

AOK. Die Gesundheitskasse.



Mit Beschwerden zur Arbeit gehen

Die gute Nachricht

In den vergangenen zwei Jahrzehnten hat der Anteil von Frauen in Vorständen und Aufsichtsräten großer Unternehmen spürbar zugenommen. Das geht aus dem DIW Managerinnen-Barometer des Deutschen Instituts für Wirtschaftsforschung hervor. Ergänzende Forschungsergebnisse zeigen außerdem, dass Frauen in Führungspositionen dazu beitragen können, geschlechterbezogene Vorurteile abzubauen und somit die Chancengleichheit zu fördern.

[› Infos.](#)

Inhalt

[KI im Berufsalltag: S. 3](#)

Die Nutzung ist derzeit noch verhalten.

[Mismatch im Job: S. 4](#)

Warum Angebot und Nachfrage am Arbeitsmarkt oft nicht zusammenpassen.

Arbeiten mit Beschwerden im Alter als neue Realität

Gesund arbeiten bis zur Rente gilt landläufig als Normalfall. Für viele ältere Beschäftigte bleibt dies jedoch unrealistisch, betont Professor Hans Martin Hasselhorn von der Bergischen Universität Wuppertal (B UW). Im Gegenteil: Angesichts einer schrumpfenden und alternden Erwerbsbevölkerung werde Arbeit mit funktionellen Einschränkungen zur neuen Normalität.

Anders als früher hätten ältere Beschäftigte mit gesundheitlichen Problemen auch nicht mehr so oft die Möglichkeit, im Rahmen von Frühverrentungsprogrammen vorzeitig in den Ruhestand zu gehen, erläutert Hasselhorn. Seit 2011 begleiten er und sein Team im Rahmen der „lidA-Studie“ ältere Beschäftigte auf ihrem Weg in den Ruhestand. Die jüngste Befragung, die auf Daten von 2022/2023 beruht, zeigt: 62 Prozent fühlen sich bei anstrengenden Tätigkeiten gesundheitlich eingeschränkt. Nur 53 Prozent bewerten ihre Gesundheit als gut oder sehr gut. Hochgerechnet arbeiten rund sieben Millionen der 15 Millionen Erwerbstätigen zwischen 50 und 64 Jahren, obwohl ihre Gesundheit „nicht gut“ ist. Besonders betroffen sind Menschen in manuellen oder niedrig qualifizierten Berufen. Deutlich besser schneiden akademische Berufe ab.

Hasselhorn fordert Betriebe auf, sich auf gesundheitlich eingeschränkte ältere Mitarbeitende einzustellen. Viele könnten ihre Arbeit weiterhin gut leisten und hätten keine erhöhten

Fehlzeiten, benötigten aber punktuell Unterstützung. Oft reichten einfache Maßnahmen wie ergonomische Anpassungen des Arbeitsplatzes oder flexible Arbeitszeiten aus. Entscheidend seien gute Führung und Prävention über das gesamte Erwerbsleben hinweg. Die Kunst sei, es Menschen zu ermöglichen, trotz Beschwerden gut und zufrieden bis zur Rente zu arbeiten. Doch viele Betroffene trauten sich aus Angst vor Nachteilen nicht, ihre Einschränkungen im Betrieb anzusprechen. Notwendig sei daher eine gelebte offene Gesundheitskultur in der Firma.

Betriebliche Maßnahmen zur Förderung von Gesundheit und Arbeitsfähigkeit würden von fast allen Beschäftigten, die sie erhielten, als hilfreich bewertet, fügt der Experte hinzu. Doch obwohl sich zwei Drittel aller älteren Beschäftigten solche Maßnahmen wünschten, habe nur jeder sechste welche angeboten bekommen. Maßnahmen zur Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) können etwa die Rücken- und



Wirbesäulengesundheit stärken, bei der Stressbewältigung oder dem Erhalt der Konzentrationsfähigkeit helfen.

Seit 2004 sind Arbeitgeber verpflichtet, Beschäftigten, die innerhalb von zwölf Monaten länger als 30 Tage arbeitsunfähig gemeldet waren, ein betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM) anzubieten. Die Studie zeigt jedoch, dass nur ein Drittel der Berechtigten von der Geschäftsführung proaktiv ein BEM-Angebot erhalten hat.

› Infos.

Webtipp

AOK-Fachportal „Gesund führen“

› Infos.



KI im Arbeitsalltag

Nur rund 20 Prozent der Beschäftigten in Deutschland nutzen Künstliche Intelligenz (KI) am Arbeitsplatz regelmäßig. Das zeigt eine aktuelle Studie des ifo Instituts für Wirtschaftsforschung gemeinsam mit mehreren Forschungseinrichtungen. Zwar haben etwa 64 Prozent bereits Erfahrungen mit KI gesammelt, doch meist nur sporadisch und häufig auf eigene Initiative. Besonders verbreitet sind leicht zugängliche Text-Tools wie ChatGPT oder Übersetzungsprogramme, die von über 80 Prozent der KI-Nutzerinnen eingesetzt werden.

Die Studie zeigt zudem, dass eine betriebliche Einführung von KI mit intensiverer Nutzung, mehr Weiterbildungsangeboten und höheren Produktivitätsgewinnen verbunden ist. Die Ergebnisse der Analyse basieren auf einer repräsentativen Umfrage unter knapp 9.800 sozialversicherungspflichtig Beschäftigten.

› Infos.

Beruflicher Mailverkehr

Ob für Terminplanung, Rückfragen oder Information: In deutschen Unternehmen wächst das E-Mail-Aufkommen weiter. Beschäftigte, die das Internet beruflich nutzen, erhalten im Durchschnitt 53 geschäftliche E-Mails pro Tag. Vor zwei Jahren waren es 40, im Jahr 2021 26 Mails täglich. Das hat eine repräsentative Befragung des Digitalverbands Bitkom unter 1.002 Personen ab 16 Jahren in Deutschland ergeben, darunter 532 Erwerbstätige mit beruflicher Internetnutzung.

Die Umfrage zeigt zudem eine ungleiche Verteilung: Rund 14 Prozent der Beschäftigten erhalten täglich mindestens 100 berufliche E-Mails, 22 Prozent kommen auf 50 bis 100 Mails pro Tag, während knapp die Hälfte zwischen zehn und 50 Mails erhält. Trotz neuer Kanäle bleibt die E-Mail damit das zentrale Kommunikationsmittel im Arbeitsalltag.

› Infos.



§ Rechtskolumne

Scheibenreinigung

Das notwendige Reinigen von Autoscheiben unmittelbar vor dem Arbeitsweg fällt unter den Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung. Das entschied das Sozialgericht Hamburg in einem Fall, in dem ein Bäcker vor Fahrtantritt die durch nächtlichen Regen verschmutzten Scheiben säuberte, um sicher zur Arbeit fahren zu können. Auf dem anschließenden Weg zur Fahrertür stolperte er über eine Bordsteinkante und verletzte sich an beiden Händen. Die zuständige Berufsgenossenschaft erkannte den Unfall zunächst nicht als Wegeunfall an, wogegen der Beschäftigte klagte. Das Gericht gab ihm Recht und stellte klar, dass der versicherte Weg zur Arbeit nicht nur das eigentliche Fortbewegen umfasst, sondern auch unmittelbar erforderliche Vorbereitungshandlungen, die den sicheren und ordnungsgemäßen Antritt der Fahrt ermöglichen. Dazu zählt nach Auffassung des Gerichts nicht nur das Eiskratzen im Winter, sondern ebenso das Entfernen von Verunreinigungen wie Laub und Schmutz auf der Windschutzscheibe.



S 40 U 140/23 D

Warum Arbeitslose und Jobs oft nicht zueinander finden

Die Chancen für Arbeitslose auf einen Job waren 2025 historisch schlecht. Ein Grund dafür: Die Profile der Arbeitslosen passen oftmals nicht zu den gemeldeten Stellen. Vor allem bei der Qualifikation hapert es.

Im Jahresschnitt 2025 waren laut Bundesagentur für Arbeit (BA) knapp 2,95 Millionen Menschen arbeitslos gemeldet – so viele wie seit 2013 nicht mehr. Als Gründe nennt BA-Chefin Andrea Nahles zwei Trends: Während die Zahl der offenen Stellen seit drei Jahren schrumpft, wuchs das Angebot an Arbeitskräften. Zugleich passen die Profile der Suchenden oftmals nicht zur Nachfrage – „Mismatch“ nennen das Fachleute. Die paradoxe Folge: Trotz hoher Arbeitslosigkeit finden viele Betriebe kein geeignetes Personal.

Eine BA-Studie von Ende 2025 geht den Ursachen nach. Danach ist fehlende Qualifikation eines der größten Hemmnisse. So verfügt jeder zweite Arbeitslose über keinen formalen Berufsabschluss und sucht Jobs auf Hilfsniveau. Dagegen richten sich über 80 Prozent der

gemeldeten Stellen an ausgebildete Fachkräfte, nur 20 Prozent an Helfer. Auffällig: Bei jungen Arbeitslosen zwischen 15 und 24 Jahren sind sogar mehr als drei Viertel Prozent ohne Abschluss.

Umgekehrt übersteigt bei Fachkräften oft der Bedarf das Angebot. Die BA zählt über 160 Engpassberufe. Dazu gehören etwa Pflege, Gesundheit, Mechatronik oder Steuerberatung. Beispiel Mechatroniker: Hier kommt auf zwei gemeldete Stellen gerade ein Arbeitssuchender. Auch regional klaffen Wunsch und Wirklichkeit oft auseinander. Während in wirtschaftsstarken Regionen nach Arbeitskräften gesucht wird, kämpfen strukturschwache Landesteile mit hoher Arbeitslosigkeit. Zugleich steckt die Wirtschaft im Umbruch. Die Beschäftigung verlaufe zweigeteilt, sagt Enzo Weber vom Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB). „Einerseits sehen wir schrumpfende Branchen wie Industrie, Bau und Zeitarbeit, andererseits wachsen Branchen wie Pflege, Gesundheit und Erziehung.“ Auch Bereiche wie Digitalisierung, Verteidigung oder KI gelten als mögliche Hoffnungsträger.

Apps & Links

› [Arbeitsmarkt: Jahresrückblick 2025](#)

› [Beschäftigung und Rente: Das ändert sich 2026](#)



Für 2026 bleiben die Prognosen vorsichtig. Weber erwartet im Jahresverlauf „erstmal wieder Rückgänge bei der Zahl der Arbeitslosen“, aber ein „deutlicher Aufschwung“ sei noch nicht in Sicht. Die Erwerbstätigkeit werde voraussichtlich stagnieren, das Arbeitskräfteangebot erstmalig sinken. „Neben einem Abbau der Arbeitslosigkeit ist deshalb Fachkräftesicherung wichtiger denn je.“ Als „Weckruf“ wertet Anja Piel vom Deutschen Gewerkschaftsbund (DGB) die Daten. Sie sieht die Politik in der Pflicht, die Sozialpartner in „einen Plan für einen neuen Aufbruch nach vorn“ einzubinden.

› Infos

Impressum

Herausgeber: AOK eGbR; Redaktion und Grafik: AOK Medien GmbH, Lilienthalstr. 1-3, 53424 Remagen, Telefon: 02642 931-0, Niederlassung Berlin: Rosenthaler Straße 31, 10178 Berlin, Telefon: 030 22011-0, E-Mail: info@aok-medien.de; Geschäftsführer: Frank Schmidt, Thomas Reiner, AG Koblenz HRB 13100, W-IdNR: DE 122263947-00001, Verantwortlich nach §18 Abs. 2 Medienstaatsvertrag (MStV), Redaktion: Thorsten Severin, Stefanie Roloff, Christine Möllhoff, Grafik: Dominika Bayerlein; Fotos: S.1: iStock.com/Jacob Wackerhausen, S.2: iStock.com/DuxX, S.3: iStock.com/gorodenkoff/andresr, S.4: iStock.com/Amorn Suriyani; Informationen zum Datenschutz finden Sie hier: [Datenschutzerklärung](#)