

Die Rolle von Hoffnung und Optimismus in der neuen Arbeitswelt

Einleitung

Die Arbeitswelt unterliegt einem ständigen Wandel, der durch den vermehrten Einsatz von Informations- und Kommunikationstechnologien ermöglicht wird (Demerouti et al., 2013). Mit Hilfe der Informations- und Kommunikationstechnologien sind ArbeitnehmerInnen in der Lage, zeitlich und örtlich flexibel zu sein, man spricht dabei von „New Ways of Working – NWW“ (Baarne et al., 2010).

Kattenbach (2010) unterscheidet zeitliche Flexibilität in zeitliche Begrenzung und zeitliche Autonomie (als Anforderung und Ressource). Diese Unterscheidung ist wichtig, da Flexibilität neben positiven, auch negative Auswirkungen haben kann.

Es wird der Frage nachgegangen, welche Bedeutung bei zunehmender örtlicher und zeitlicher Flexibilität, die persönlichen Ressourcen Hoffnung und Optimismus in der gegenwärtigen Arbeits-, Lebens- und Familienwelt haben.

Moderieren die persönlichen Ressourcen Hoffnung und Optimismus den Zusammenhang von flexiblen Arbeitsbedingungen und Wohlbefinden?

Das Job Demands-Resources Modell

Das Job Demands-Resources Modell (Bakker & Demerouti, 2007) geht davon aus, dass Merkmale von Arbeitstätigkeiten in Anforderungen und Ressourcen eingeteilt werden können. Arbeitsanforderungen beziehen sich auf Aspekte der Arbeit, die physische oder psychische Anstrengungen erfordern. Organisationale Ressourcen sind Arbeitsaspekte, die die Zielerreichung erleichtern, Anforderungen reduzieren und persönliches Wachstum fördern (Bakker & Demerouti, 2007). In Bezug auf die Entwicklung von Arbeitsbelastung und Motivation finden zwei unterschiedliche Prozesse statt. Die ständige Konfrontation mit Arbeitsanforderungen führt zum Verbrauch von Energie und in weiterer Folge zu gesundheitlichen Problemen. Im Gegensatz dazu führen organisationale Ressourcen zu Motivation und höherer Produktivität.

Persönliche Ressourcen – Hoffnung und Optimismus

Hoffnung wird als ein positiver motivationaler Zustand bezeichnet, der die beiden Komponenten Bestimmtheit (zielgerichtete Energie) und Handlungsmöglichkeiten (planmäßige Zielerreichung) umfasst (Snyder et al., 1996).

Optimismus ist eine Tendenz, unabhängig von der Situation eher positive Ereignisse zu erwarten. Optimistische Menschen beurteilen eine negative Situation nicht als sehr bedrohlich und können diese daher besser meistern (Park et al., 2012).

Persönliche Ressourcen, wie Hoffnung und Optimismus können den MitarbeiterInnen helfen, mit Arbeitsanforderungen umzugehen und organisationale Ressourcen zu entwickeln (Xanthopoulou et al., 2007). Zudem können persönliche Ressourcen das Wohlbefinden positiv beeinflussen (Boudrias et al., 2011). Nach Caver et al. (2010) verfügen optimistische Menschen über höhere psychische Stärke und sind deswegen auch unter schwierigen Umständen glücklich, was auch zu höherer psychischer Gesundheit und dadurch zu mehr Wohlbefinden führt.



Diskussion

Bisherige Befunde weisen darauf hin, dass die Anforderungen und Ressourcen, resultierend aus den NWW, nicht immer in gleicher Weise wirken. Es konnten bereits Effekte der persönlichen Ressourcen der MitarbeiterInnen im Umgang mit klassischen Anforderungen (z.B. Arbeitspensum) und Ressourcen (z.B. soziale Unterstützung) festgestellt werden. Das Ausmaß der persönlichen Ressourcen beeinflusst, ob eher Anforderungen oder Ressourcen wahrgenommen werden und wie man mit diesen umgeht (Xanthopoulou et al., 2007). Daher ist es naheliegend, dass die persönlichen Ressourcen ebenfalls eine entscheidende Rolle dabei spielen, ob man die Flexibilität eher als Anforderung oder als Ressource wahrnimmt.

Die ArbeitgeberInnen sollten die möglichen negativen Konsequenzen der steigenden Flexibilität beachten und versuchen, die zeitliche und örtliche Autonomie der MitarbeiterInnen durch angemessene Maßnahmen zu fördern. Ob die zeitliche und örtliche Flexibilität eher als Anforderung oder als Ressource von den MitarbeiterInnen wahrgenommen wird, kann schon bei der Umsetzung der flexiblen Arbeitsbedingungen beeinflusst werden. Die Umstellung zu einer flexibleren Arbeitsumgebung sollte daher sorgfältig geplant und professionell begleitet werden, um mögliche Probleme im Vorhinein zu vermeiden.