

Wenn der Schreibtisch nebenan zum Stressfaktor wird

Neue Hirnforschung belegt, was viele Beschäftigte längst ahnen: Offene Büroflächen kosten mentale Kraft. Dabei ist die Kritik nicht neu – in Deutschland warnen Arbeitsschutzexperten schon lange vor den Folgen.

VON BARBARA BARKHAUSEN

BERLIN. „Es ist wie Arbeiten im Zoo.“ So beschrieb ein Händler Anfang des Jahres seine ersten Wochen in der neuen Firmenzentrale von JP Morgan in New York – Glaswände überall, kein ruhiger Winkel, das Stimmengewirr nie mehr als einen Meter entfernt. Auf Social Media klingt es kaum anders: „Das Großraumbüro war die schlimmste Produktivitätskatastrophe des Jahrhunderts“, schrieb Nutzer Ali Makmak im Februar. „Ihr könnt kein Unternehmen aufbauen, während ihr hört, wie euer Mitgründer seinen Salat kaut.“ Und David John, der nach eigenen Angaben regelmäßig Feedback von Büroangestellten sammelt, bringt es auf den Punkt: „Die meisten sagen mir, dass sie lieber von zu Hause arbeiten, weil sie sich dort produktiver fühlen.“

Solche Stimmen kursieren seit Jahren im Netz – doch nun liefert die Wissenschaft eine handfeste Erklärung dafür, warum sich das Arbeiten im Großraum so zer-

mürend anfühlt. Forschende haben 26 Probandinnen und Probanden – zwischen Mitte 20 und Mitte 60 alt – mit drahtlosen EEG-Headsets ausgestattet und sie dabei beobachtet, wie ihr Gehirn auf verschiedene Arbeitsumgebungen reagiert. Die Teilnehmer erledigten typische Büroaufgaben: E-Mails lesen und beantworten, Benachrichtigungen verwalten, Wortlisten auswendig lernen. Einmal saßen sie dabei in einem offenen Büro mit Kollegen in der Nähe, einmal in einer kleinen, abgeschlossenen Arbeitskabi-

DAS GEHIRN LÄUFT AUF HOCHTOUREN

ne. Das Ergebnis war eindeutig. In der Kabine sank die Gehirnaktivität im Frontalbereich – also genau dort, wo Konzentration und Aufmerksamkeit gesteuert werden – im Verlauf der Aufgaben kontinuierlich ab. Das Gehirn arbeitete sich gleichsam warm und wurde effizienter. Im Großraumbüro verlief es genau umgekehrt: Die Hirnaktivität stieg ste-

tig an, das mentale Engagement nahm zu, ebenso die messbare Erregung. Kurz gesagt: Das Gehirn musste immer mehr Energie aufwenden, nur um dieselbe Leistung aufrechtzuerhalten.

Obwohl die Studie nur mit einer geringen Anzahl an Probanden arbeitete, fügt sich ihr Ergebnis in eine wachsende Forschungslage ein: Eine Analyse von mehr als 42.000 Büroangestellten in den USA, Finnland, Kanada und Australien aus dem Jahr 2013 zeigte, dass Beschäftigte in offenen Büros deutlich unzufriedener mit ihrer Arbeitsumgebung waren als jene in Einzelbüros – vor allem wegen unkontrollierbaren Lärms und fehlender Privatsphäre. „Selbst, wenn wir Ablenkungen bewusst ignorieren, muss unser Gehirn Kapazität aufwenden, um sie herauszufiltern“, schreibt Libby Sander, eine Zukunftsforscherin für die Arbeitswelt von der australischen Bond University, in einer Analyse zum Thema. Sanders eigene Forschung aus dem Jahr 2021 belegte zudem: Im Großraum steigt die negative Stimmung um 25 Prozent, der physiologische Stress um 34 Prozent.

DEUTSCHE EXPERTEN SCHLAGEN SEIT LANGEM ALARM

Überraschend sind diese Ergeb-

nisse für Fachleute hierzulande nicht. Experten vom Institut für Arbeitsschutz der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) benennen das Problem klar: „Vielerorts leiden Konzentration und Wohlbefinden der Beschäftigten, weil die Akustik und damit die Geräuschkulisse in vielen dieser hippen Workspaces schlecht ist.“ Moderne Materialien wie Glas oder Beton – in vielen neuen Bürokonzepten Designprogramm – verstärken das Problem zusätzlich, weil sie Schall reflektieren, statt zu dämpfen. Die Folgen reichen laut der Expertin Andrea Wolff von Konzentrationsschwäche und Gereiztheit über schnelle Ermüdung bis hin zu Stress und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Auch die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) bestätigt: Lärm in offenen Büros mindert die Arbeitsleistung messbar, besonders bei anspruchsvollen kognitiven Tätigkeiten. Das Forschungsprojekt PRÄGEWELT, an dem unter anderem das ISF München beteiligt war, kommt zu ähnlichen Schlüssen: Unruhe und fehlende Privatsphäre gehören zu den meistgenannten Belastungen in modernen Büroumgebungen.

MEHR AUSWAHL STATT EINHEITSLÖSUNG

Was also tun? Einen Rückbau



Eng nebeneinander: Das Arbeiten in Großraumbüros wird für viele zu einer Belastung. Symbolfoto: Cottonbro Studio/Pexels

sämtlicher Großraumbüros wird es nicht geben – und er wäre auch nicht nötig. Entscheidend ist vielmehr, dass Beschäftigte die Wahl haben. LinkedIn hat das in seiner Firmenzentrale in San Francisco bereits vorgemacht: Das Unternehmen halbierte die Zahl der Arbeitsplätze im offenen Bereich und schuf stattdessen 75 verschiedene Arbeitsumgebungen, darunter ausgewiesene Ruhezeiten für konzentriertes Arbeiten.

Für die australische Zukunftsforscherin Libby Sander liegt die Antwort auch nicht im Rückbau, sondern im klugen Umbau. Unternehmen, die das Wohlergehen ihrer Mitarbeitenden ernst nehmen, sollten auf differenzierte Arbeitszonen setzen – ergänzt durch akustische Dämmung, Schallschutztechnologien und durchdacht platzierte Raumteiler, die visuelle wie akustische Ablenkungen reduzieren. Die anfänglichen Investitions-

kosten mögen höher sein als bei einer klassischen Großraumfläche; angesichts der belegten Folgekosten durch Produktivitätsverlust, gesundheitliche Beeinträchtigungen und Fluktuation rechne sich gutes Bürodesign jedoch langfristig. Mehr Wahlfreiheit darüber, wie viel Lärm und Unterbrechung Beschäftigte ausgesetzt sind, sei kein Luxus, betont Sander – sondern eine Notwendigkeit.

Wer gestaltet die Zukunft der Stadt?

„Hannover fragt nach“: Die NP lädt gemeinsam mit Partnern aus Sport, Sozialwesen und Wirtschaft zu sechs Wahlforen ein

HANNOVER. Hannover und die Region stehen vor richtungsweisenden Entscheidungen: Mit der Wahl des Oberbürgermeisters der Landeshauptstadt und der Wahl der Regionspräsidentin oder des Regionspräsidenten wird darüber entschieden, wer die Politik der kommenden Jahre prägt.

Die Aufgaben sind groß: Die Wirtschaft braucht neue Dynamik, der Bildungsbereich verlässliche Perspektiven, der Investitionsstau konkrete Lösungen. Zugleich fordern die Themen Digitalisierung, Wärmewende, Integration, Pflege, Sport, Ehrenamt und gesellschaftlicher Zusammenhalt Politik und Stadtgesellschaft heraus.

Darüber wollen wir sprechen – konkret, kontrovers und lösungsorientiert. Nicht an der



Kandidaten für das Rathaus: Amtsinhaber Belit Onay (Grüne, von links), Axel von der Ohe (SPD) und Peter Karst (CDU). Foto: Christian Behrens

Oberfläche, sondern in der Tiefe. Unter dem Titel „Hannover fragt nach – der Kandidatencheck“ lädt die Neue Presse gemeinsam mit starken Partnern zu mehreren Wahlforen ein. Jeder Abend setzt einen eigenen Schwerpunkt – mit Partnern, die für diese Themen stehen und die Debatte mit ihrer Expertise bereichern.

Unser Ziel ist klar: Wir wollen Ihnen die Möglichkeit geben, sich eine fundierte Meinung zu bilden – gerade bei den Themen, die Ihren Alltag, Ihre Stadt und die Zukunft der Region unmittelbar betreffen.

Mit dabei sind der Turn-Klub zu Hannover für die Themen Sport, Ehrenamt und Gesellschaft, die Diakonie in Niedersachsen für frühkindliche Förderung, Pflege und soziale Verantwortung sowie die Industrie- und Handelskammer Hannover gemeinsam mit dem Industrie-Club Hannover für die wirtschaftlichen Herausforderungen der Stadt und Region.

Diese Wahlforen werden echte Deep Dives: Sie können den Kandidatinnen und Kandidaten konkrete Fragen stellen. Gleichzeitig schaffen wir den Rahmen für ernsthafte, substanzielle

Antworten. In diesem Format gibt es wenig Raum für Ausflüchte. Stärken und Schwächen werden sichtbar – und Sie bekommen Erkenntnisse, die Ihnen bei Ihrer Wahlentscheidung wirklich helfen können. Wir laden Sie herzlich ein, mitzudiskutieren. Nutzen Sie die Gelegenheit, Ihre Fragen direkt an die Kandidatinnen und Kandidaten zu richten. Die Moderation übernehmen IHK-Hauptgeschäftsführerin Maïke Bielfeldt, Diakonie-Vorstandschef Hans-Joachim Lenke sowie TKH-Vorstandschef Hajo Rosenbrock. An ihrer Seite moderiert NP-Chefredakteur Carsten Bergmann.

DIE TERMINE:

- Montag, 27. Juli, 18 Uhr: OB-Wahlforum mit dem TKH, Alte Druckerei Bernerode
- Donnerstag, 30. Juli, 18 Uhr: OB-Wahlforum mit der Diakonie, Alte Druckerei
- Dienstag, 11. August, 18 Uhr: Forum zur Wahl der Regionspräsidentin oder des Regionspräsidenten mit der Diakonie, Stephansstift
- Dienstag, 18. August, 16 Uhr: OB-Wahlforum mit IHK und Industrie-Club Han-

nover, IHK Hannover
► Dienstag, 25. August, 16 Uhr: Forum zur Wahl der Regionspräsidentin oder des Regionspräsidenten mit IHK und Industrie-Club Hannover, Alte Druckerei

► Donnerstag, 27. August, 18 Uhr: Forum zur Wahl der Regionspräsidentin oder des Regionspräsidenten mit dem TKH, Turnhalle TKH
Schon heute können Sie sich für die ersten beiden Foren anmelden. Scannen Sie einfach einen dieser QR-Codes und registrieren sich auf unseren Aktionsseiten für die Diskussion über den Vereinssport oder die Familienpolitik – und mit etwas Glück sind Sie dabei. Die weiteren Anmeldungen folgen in Kürze.



Gartenfestival startet auf dem Landgut

Eintrittskarten für „Gourmet & Garden“ zu gewinnen

REGION. Auf dem Landgut Wienhausen findet von Donnerstag, 6. August, bis Sonntag, 9. August, zum 21. Mal die Veranstaltung „Gourmet & Garden“ statt. Geöffnet ist Donnerstag, Freitag und Sonnabend jeweils von 10 bis 18 Uhr, am Sonntag von 11 bis 18 Uhr.

Im Park des historischen Gutshauses am Kloster Wienhausen präsentieren internationale Aussteller, Gartenarchitekten und Handwerker Angebote für Haus, Garten und Balkon. Gezeigt werden unter anderem Steinfiguren, Wasserspiele, Gartenmöbel, Terrakotta, Feuererschalen, Rankhilfen, handgearbeitete Mode sowie Schmuck. Zum Angebot gehören außerdem zahlreiche Pflanzen wie Rosen, Lavendel, Palmen, Seerosen, Kräuter, Heil- und Giftpflanzen sowie Orangenbäume. Ergänzt wird das Festival durch kulinarische Spezialitäten, darunter Fisch- und Käseangebote, Weine, Fruchtcocktails und Blütensalate.

Für Unterhaltung sorgt täglich Gitarrenmusik. Kinder können unter Anleitung Blumen-

kränze und Blumenketten binden. Besucher können kostenlos Handwagen ausleihen, Einkäufe zwischengelagern oder schwere Waren zum Auto transportieren lassen. Veranstaltungsort ist das Landgut Wienhausen, Mühlenstraße 8 in Wienhausen.

► Wir verlosen für die Veranstaltung „Gourmet & Garden“ in Wienhausen 20 mal 2 Karten. Die Teilnahme ist bis einschließlich 21. Juli um 12 Uhr möglich. Zur Teilnahme am Gewinnspiel kann der hier stehende QR-Code mit dem Smartphone oder Tablet gescannt werden. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



HAZ

NP

Die Highlights beim Maschseefest

Sa., 25. Juli
Big Band
Berenbostel
Swing, Funk und Modern Jazz

So., 26. Juli
Juliano Rossi und Lutz Krajenski
Swingklassiker der 50er- und 60er-Jahre

Mo., 3. August
Soul Control
Funkige Grooves und tanzbare Hits

Do., 30. Juli
DUEJA
Electropop in Schwarz und Pink

23. – 26. Juli
DIE FINALS 2026
HANNOVER

Alle Veranstaltungen finden auf der HAZ- und NP-Bühne am östlichen Nordufer statt.

unterstützt von:
enercity positive energie
ROSSMANN Mein Drogeriemarkt

Hier gehts zum Programm