

Karriere und Freizeit im Einklang: Flexibles Arbeiten für alle!

Erfahren Sie, wie Unternehmen flexible Arbeitszeitmodelle fördern, um Karriere und Work-Life-Balance zu vereinbaren.



FHV Fachhochschule Vorarlberg, Österreich - Am 1. Mai 2025 rückt das Thema Work-Life-Balance mehr denn je in den Fokus von Arbeitnehmern und Arbeitgebern. Die Vereinbarkeit von Karriere und Freizeit wird zunehmend als entscheidender Faktor für die Zufriedenheit im Berufsleben wahrgenommen. Laut **Pubads** stehen viele Unternehmen unter Druck, flexible Arbeitsmodelle anzubieten, um die Bedürfnisse ihrer Mitarbeitenden zu erfüllen. Dabei ist Flexibilität der Schlüssel: Homeoffice, Gleitzeit und sogar eine Vier-Tage-Woche sind Modelle, die immer häufiger zur Anwendung kommen.

Die Realität zeigt jedoch, dass es kein klares Entweder-oder zwischen beruflichem Aufstieg und der persönlichen Zeit für

Familie oder Hobbys gibt. Viele Angestellte plädieren für eine individualisierte Gestaltung ihrer Karrierewege, die ihren persönlichen Zielen entspricht. Unternehmen erkennen zunehmend, dass moderne Karrieren nicht nur auf dem Aufstieg in Führungspositionen basieren, sondern auch der fachlichen Spezialisierung und dem gesellschaftlichen Mehrwert Rechnung tragen müssen.

Bedeutung der Work-Life-Balance

Die Work-Life-Balance bezieht sich auf das Gleichgewicht zwischen beruflichen Verpflichtungen und dem persönlichen Leben und hat ihre Wurzeln in den 1980er Jahren in den USA. Wie das **Digitale Institut** berichtet, können eine ausgewogene Work-Life-Balance und flexible Arbeitszeitmodelle entscheidend zur Stressreduktion, zum geringeren Risiko eines Burnouts und zur Steigerung der Produktivität beitragen.

Durch flexible Arbeitsmodelle können Unternehmen die Zufriedenheit ihrer Mitarbeitenden erhöhen. Dazu gehören unter anderem Vollzeit- und Teilzeitbeschäftigungen, Job-Sharing und Fernarbeit. Diese Angebote erlauben es den Mitarbeitenden, ihre Arbeitszeiten an persönliche Verpflichtungen anzupassen und tragen so zu einer stressfreieren Arbeitsumgebung bei. Herausforderungen bestehen jedoch in der klaren Kommunikation, dem Zeitmanagement und der Fairness unter den Angestellten.

Flexible Arbeitszeitmodelle im Trend

Das Bedürfnis nach flexiblen Arbeitszeiten wächst, insbesondere bei jüngeren Arbeitnehmern. Eine Umfrage zeigt, dass 79 Prozent der weiblichen und 68 Prozent der männlichen Mitarbeitenden flexible Arbeitszeiten priorisieren. Laut **HR Praxis** ist dies nicht nur eine Frage der individuellen Präferenz – auch Unternehmen profitieren von solch flexiblen Modellen, da sie motiviertere Mitarbeitende gewinnen und die Arbeitgeberattraktivität steigern können.

Fast die Hälfte der Führungskräfte wünscht sich zudem Teilzeitarbeit, was die Notwendigkeit unterstreicht, dass Unternehmen attraktiver gestaltet werden müssen, um Fachkräfte zu finden und zu halten. Studien zeigen, dass über 70 Prozent der Befragten flexible Arbeitszeiten für sehr wichtig erachten, während 75 Prozent bereit wären, einen Teil ihres Lohnes dafür einzubüßen.

Insgesamt zeigt sich, dass die Verknüpfung von erfolgreicher Karriere und einem erfüllten Privatleben durch individuelle Gestaltungsfreiheit und flexibles Arbeiten möglich ist. Der Schlüssel zum Erfolg liegt in der Bereitschaft der Unternehmen, diese Bedürfnisse aktiv zu fördern und zu unterstützen.

Details	
Ort	FHV Fachhochschule Vorarlberg, Österreich
Quellen	• pubads.g.doubleclick.net • digitales-institut.de • www.hrpraxis.ch

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at