

Berlin, 05.02.2026

VDSI zur Arbeitszeitdiskussion:

## Modernisierung nur mit gesunder Flexibilität und verbindlichen Schutzplanken

**Die Debatte um eine flexiblere Arbeitszeitgestaltung gewinnt in Deutschland an Fahrt – bis hin zu Vorschlägen, die tägliche Betrachtung zugunsten einer stärkeren Wochenperspektive zu verschieben.** Der VDSI – Verband für Sicherheit, Gesundheit und Umweltschutz bei der Arbeit e. V. begrüßt moderne und praxistaugliche Arbeitszeitmodelle, warnt jedoch vor Reformen, die Belastung und Erholung nicht verbindlich absichern.

„Arbeitszeiten sind ein zentrales Steuerungsinstrument für Sicherheit und Gesundheit. Mehr Flexibilität kann funktionieren, muss aber menschengerecht gestaltet und im Betrieb kontrollierbar umgesetzt werden“, erklärt der **VDSI-Vorstandsvorsitzende Dr. Silvester Siegmann**. Mit zunehmender Dauer und ungünstigen Lagen von Arbeitszeit steige das Risiko für Beeinträchtigungen von Gesundheit, Erholung und sozialer Teilhabe.

Hierzu die **VDSI-Vorständin Gesundheit Katrin Zittlau**: „Entscheidend ist, wie Arbeitszeit in der Realität gestaltet wird – und welche Belastungen damit verbunden sind. Relevant für Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit sind etwa Schichtarbeit, Taktarbeit, physische Belastungen, hohe Konzentrationsanforderungen, hohe emotionale Anforderungen, Pausengestaltung – und nicht zuletzt das Unfallgeschehen im Zusammenhang mit Arbeitszeit“.

### **Für eine gesunde Flexibilität: Kernforderungen des VDSI**

Der VDSI fordert verbindliche Leitplanken, damit Flexibilisierung die betriebliche Praxis verbessert, ohne Risiken zu verlagern:

#### **1. Beurteilung der Arbeitsbedingungen (Gefährdungsbeurteilung) zur Arbeitszeit verbindlich stärken**

Arbeitszeitmuster sind als eigenständiger Gefährdungsfaktor systematisch zu bewerten, inkl. psychischer Belastung, Ermüdungsrisiken, Fehlerfolgen und Wegeunfallrisiken.

#### **2. Erholung nicht verhandelbar**

Ruhezeiten, Pausenqualität und verlässliche Erholungsfenster müssen praktisch gesichert bleiben – insbesondere bei unregelmäßigen Arbeitsmustern, Schichtfolgen und Belastungsspitzen.

#### **3. Planbarkeit und Beteiligung sicherstellen**

Flexible Modelle brauchen klare Ankündigungsfristen, transparente Dienstplanung und wirksame Schutzmechanismen gegen einseitige Mehrarbeit.

#### **4. Arbeitszeiterfassung als Schutzinstrument nutzen – praxistauglich konkretisieren**

Arbeitszeiterfassung unterstützt Transparenz und Durchsetzung von Schutzrechten. Sie ist nach der Rechtsprechung bereits als Arbeitgeberpflicht eingeordnet; die konkrete gesetzliche Ausgestaltung sollte praxistauglich und verhältnismäßig erfolgen.

#### **5. Branchenspezifische Leitlinien und Vorgaben entwickeln**

Gerade in Tätigkeiten mit hoher physischer oder sicherheitskritischer Anforderung (z. B. Bau, Pflege, Logistik, Verkehr) braucht es praxistaugliche Leitfäden oder branchenspezifische Vorgaben, wie Flexibilität „gesund“ umgesetzt wird.

#### **6. Arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse berücksichtigen**

Zu Dauer, Lage und Verteilung der Arbeitszeit liegen grundsätzliche arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse vor. Diese gehören zum Standard im Bereich der Arbeitszeitgestaltung und es wird fortlaufend weiter geforscht. Neue Erkenntnisse müssen weiterhin bei der Gestaltung von Arbeitszeit in den Betrieben berücksichtigt werden.

Der VDSI bietet Politik, Sozialpartnern und Betrieben fachliche Unterstützung an – damit Arbeitszeitmodernisierung Wettbewerbsfähigkeit und Gesundheitsschutz zusammenbringt.

#### **Über den VDSI – Verband für Sicherheit, Gesundheit und Umweltschutz bei der Arbeit:**

Der VDSI ist deutschlandweit der größte Fachverband für Sicherheit, Gesundheit und Umweltschutz bei der Arbeit. Zu den rund 5.600 Mitgliedern zählen Fachkräfte aus unterschiedlichen Tätigkeitsfeldern und Branchen, darunter Ingenieure, Techniker, Manager, Mediziner, Psychologen, Chemiker und Umweltbeauftragte. Der VDSI bietet seinen Mitgliedern seit 1951 ein breites Netzwerk zum fachlichen Erfahrungsaustausch sowie qualifizierte Weiterbildungsangebote. Als eingetragener Verein agiert der VDSI als ein gemeinnütziger, politisch und wirtschaftlich unabhängiger Verband, dessen Mitglieder sich ehrenamtlich für mehr Sicherheit, Gesundheit und Umweltschutz bei der Arbeit engagieren.

#### **Pressekontakt**

Tilman Günther, Pressesprecher

Marienstraße 30 | 10117 Berlin

Tel: +49 30 8632478-16

E-Mail: [t.guenther@vdsi.de](mailto:t.guenther@vdsi.de)

<https://vdsi.de/>