

**Thema:** Viel zu laut! – Tipps gegen störenden Lärm in Großraumbüros

**Beitrag:** 1:52 Minuten

**Anmoderationsvorschlag:** Sie sehen schick aus, die modernen Großraumbüros mit Relax- und Fitnesszone, ohne Trennwände und Schreibtische. Hier sollen Kommunikation und kreatives Miteinander besonders gut funktionieren. Allerdings leiden vielerorts Konzentration und Wohlbefinden der Beschäftigten, weil die Akustik und damit Geräuschkulisse in vielen dieser hippen Work Spaces schlecht ist. Warum das so ist und was sich dagegen tun lässt, verrät Ihnen (am / vorm / zum „Tag gegen Lärm“ am 24. April) Oliver Heinze.

**Sprecher: Es gibt gute Gründe dafür, dass der Lärm in modernen Großraumbüros manchmal kaum auszuhalten ist, sagt Dr. Andrea Wolff vom Institut für Arbeitsschutz der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung:**

**O-Ton 1 (Dr. Andrea Wolff, 33 Sek.):** „Das moderne Großraumbüro soll vor allen Dingen erst einmal schick aussehen, vielleicht auch futuristisch den Zeitgeist der Firma widerspiegeln. Und deswegen werden vor allen Dingen schallharte Materialien verbaut, wie zum Beispiel Glas und Stahl, Beton und Stein. Leider verhalten sich diese Materialien akustisch eher wie ein Spiegel. Das heißt, sie reflektieren die Geräusche, die auf sie eintreffen, einfach wieder zurück in den Raum. Und wenn sich nun viele sprechende Personen im Raum befinden, zusammen mit den typischen Büro-Geräuschquellen, dann haben wir im Raum ganz schnell einen Geräuschteppich, der beim Arbeiten stört.“

**Sprecher: Das größte Problem bei Lärm ist übrigens, dass er uns richtig Stress bereitet.**

**O-Ton 2 (Dr. Andrea Wolff, 29 Sek.):** „Und dieser Stress führt dann wiederum zu weiteren Problemen. Also zum Beispiel können sich unsere Blutgefäße verengen, der Blutdruck kann steigen oder auch die Muskeln verspannen. Und wir kennen das alle in Form von zum Beispiel Kopfschmerzen oder Nervosität. Unter Lärm reagiert der Mensch leichter gereizt, ermüdet schneller oder wir können uns einfach nicht mehr so gut konzentrieren. Dadurch machen wir bei der Arbeit schneller Fehler und werden mit unserer Arbeit einfach nicht so schnell fertig. Das baut dann wieder neuen Stress auf – und so geraten wir in eine Art Teufelskreis.“

**Sprecher: Natürlich kann man die lauten Kollegen sicher mal bitten, etwas leiser zu sein, für eine dauerhafte Lösung des Problems ist aber eher der Arbeitgeber gefragt.**

**O-Ton 3 (Dr. Andrea Wolff, 26 Sek.):** „Zunächst sollte man mal erkennen, dass man ein Problem mit Lärm im Büro hat. Und durch Gespräche mit den Kollegen vor Ort kann man dann herausfinden, was denn die konkreten Probleme sind. Also ob das zum Beispiel der telefonierende Nachbar ist oder die Kollegen, die ständig zum Drucker laufen. Und wenn ich diese konkreten Probleme erkannt habe, dann kann ich da auch Abhilfe schaffen – zum Beispiel auch, indem ich mir Beratung ins Haus hole durch die Berufsgenossenschaften und Unfallkassen.“

**Abmoderationsvorschlag:** Mehr Infos zur richtigen akustischen Gestaltung von Büros finden Sie im Netz unter [www.dguv.de](http://www.dguv.de).



**Thema:** Viel zu laut! – Tipps gegen störenden Lärm in Großraumbüros

**Interview:** 3:28 Minuten

**Anmoderationsvorschlag:** Sie sehen schick aus, die modernen Großraumbüros mit Relax- und Fitnesszone, ohne Trennwände und Schreibtische. Hier sollen Kommunikation und kreatives Miteinander besonders gut funktionieren. Allerdings leiden vielerorts Konzentration und Wohlbefinden der Beschäftigten, weil die Akustik und damit Geräuschkulisse in vielen dieser hippen Work Spaces schlecht ist. Warum das so ist und was sich dagegen tun lässt, darüber sprechen wir jetzt (am / vorm / zum „Tag gegen Lärm“ am 24. April) mit Dr. Andrea Wolff. Sie ist Lärm-Expertin am Institut für Arbeitsschutz der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (IFA), hallo.

**Begrüßung:** „Hallo!“

**1. Frau Dr. Wolff, wie kommt es, dass vor allem in modernen Großraumbüros ein Lärmproblem entsteht?**

**O-Ton 1 (Dr. Andrea Wolff, 33 Sek.):** „Das moderne Großraumbüro soll vor allen Dingen erst einmal schick aussehen, vielleicht auch futuristisch den Zeitgeist der Firma widerspiegeln. Und deswegen werden vor allen Dingen schallharte Materialien verbaut, wie zum Beispiel Glas und Stahl, Beton und Stein. Leider verhalten sich diese Materialien akustisch eher wie ein Spiegel. Das heißt, sie reflektieren die Geräusche, die auf sie eintreffen, einfach wieder zurück in den Raum. Und wenn sich nun viele sprechende Personen im Raum befinden, zusammen mit den typischen Büro-Geräuschquellen, dann haben wir im Raum ganz schnell einen Geräuschteppich, der beim Arbeiten stört.“

**2. Störend ja, aber ist das dann auch schon Lärm?**

**O-Ton 2 (Dr. Andrea Wolff, 26 Sek.):** „Als Lärm bezeichnen wir vor allen Dingen die Geräusche, die wir nicht hören wollen, die uns stören, die uns ablenken, oder die eben unsere Sicherheit und Gesundheit gefährden. Diese Gehörgefährdung haben wir im Büro normalerweise nicht, die beginnt erst ab einem dauerhaften Pegel von 85 dB(A), wie wir den zum Beispiel haben, wenn wir neben einem lauten Laubbläser oder einer Kreissäge stehen. Doch auch diese leiseren Bürogeräusche können Auswirkungen auf unsere Gesundheit haben.“

**3. Welche sind das konkret?**

**O-Ton 3 (Dr. Andrea Wolff, 33 Sek.):** „Das größte Problem mit dem Lärm ist, dass er uns Stress bereitet. Und dieser Stress führt dann wiederum zu weiteren Problemen. Also zum Beispiel können sich unsere Blutgefäße verengen, der Blutdruck kann steigen oder auch die Muskeln verspannen. Und wir kennen das alle in Form von zum Beispiel Kopfschmerzen oder Nervosität. Unter Lärm reagiert der Mensch leichter gereizt, ermüdet schneller oder wir können uns einfach nicht mehr so gut konzentrieren. Dadurch machen wir bei der Arbeit schneller Fehler und werden mit unserer Arbeit einfach nicht so schnell fertig. Das baut dann wieder neuen Stress auf – und so geraten wir in eine Art Teufelskreis.“



#### **4. Wie lassen sich denn Lärm und seine negativen Folgen im Büro vermeiden?**

**O-Ton 4 (Dr. Andrea Wolff, 30 Sek.):** „Zunächst mal sollte man im Büro eine Akustikdecke installieren. Und wenn das dann noch nicht ausreicht, kann man auch auf Schallschirme und andere Büromöbel zurückgreifen, die akustisch optimal gebaut sind. Aber das nützt Ihnen alles nichts, wenn Sie konzentriert arbeiten müssen, während der Kollege neben Ihnen ständig telefoniert. Und deswegen ist die Arbeitsorganisation ein ganz wichtiger Aspekt. Insbesondere zu diesen Maßnahmen beraten die Berufsgenossenschaften und Unfallkassen die Betriebe sehr gerne.“

#### **5. Kann man denn die Kollegen und Kolleginnen nicht einfach bitten, etwas leiser zu sein?**

**O-Ton 5 (Dr. Andrea Wolff, 22 Sek.):** „Das kann man natürlich mal tun, das bringt aber keine dauerhafte Besserung des Problems. Da sollte man vielmehr gucken, dass die Leute, die viel telefonieren, einfach räumlich woanders arbeiten als die, die sich stark konzentrieren müssen. Und hier ist eben der Arbeitgeber gefragt, dann Zonen einzurichten, in denen die eine oder andere Tätigkeit entsprechend auch ohne Störung der anderen Kollegen ausgeführt werden kann.“

#### **6. Haben Sie sonst noch konkrete Tipps?**

**O-Ton 6 (Dr. Andrea Wolff, 21 Sek.):** „Wichtig ist, Rückzugsräume zu schaffen, dass ich als Beschäftigter auch mal Ruhe tanken kann. Dazu gehört eben auch, dass Besprechungszimmer vom Großraumbüro abgeschottet sind. Und keine Gehörschützer oder Kopfhörer mit aktiver Geräuschunterdrückung im Büro verwenden, denn das ist das Zeichen dafür, dass die Raumakustik in dem Büro definitiv mangelhaft ist.“

#### **7. Was empfehlen Sie Arbeitgebern beim Thema „Büro-Lärm“?**

**O-Ton 7 (Dr. Andrea Wolff, 26 Sek.):** „Zunächst sollte man mal erkennen, dass man ein Problem mit Lärm im Büro hat. Und durch Gespräche mit den Kollegen vor Ort kann man dann herausfinden, was denn die konkreten Probleme sind. Also ob das zum Beispiel der telefonierende Nachbar ist oder die Kollegen, die ständig zum Drucker laufen. Und wenn ich diese konkreten Probleme erkannt habe, dann kann ich da auch Abhilfe schaffen – zum Beispiel auch, indem ich mir Beratung ins Haus hole durch die Berufsgenossenschaften und Unfallkassen.“

**Dr. Andrea Wolff, Lärm-Expertin vom Institut für Arbeitsschutz der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (IFA) mit Tipps gegen den oft störenden Lärm in Großraumbüros. Danke Ihnen für das Gespräch!**

**Verabschiedung:** „Auf Wiederhören!“

**Abmoderationsvorschlag:** Mehr Infos zur richtigen akustischen Gestaltung von Büros finden Sie im Netz unter [www.dguv.de](http://www.dguv.de).

