

PRESSEINFORMATION

Verden, 07.12.06

Berufstätige machen viele Pausen, nutzen sie aber selten richtig

Repräsentative Studie: Pausen sind fester Bestandteil des Arbeitsalltags, werden aber kaum gezielt zur Steigerung von Produktivität oder Motivation genutzt

89 Prozent der deutschen Beschäftigten machen neben der Mittagspause bis zu sechs zusätzliche Pausen. Die Mehrheit der Berufstätigen nimmt so bis zu 40 Minuten Extra-Pause pro Tag. Aber weniger als 40 Prozent nutzen diese Pausen gezielt, um für die Arbeit wieder frisch zu sein. Mehr als die Hälfte glauben nicht einmal, dass sie konzentrierter und effektiver arbeiten, wenn sie häufig Pausen machen. Das sind die Ergebnisse einer vom Getränkeautomatenhersteller KLIX in Auftrag gegebenen Telefonumfrage bei 1.000 Berufstätigen in Deutschland. Damit zeige sich, dass es für deutsche Unternehmen viel Potenzial gibt, die positive Wirkung von Pausen zu nutzen, so KLIX. Fachleute weisen immer wieder darauf hin, dass durch richtig geplante Pausen die Produktivität und die Freude an der Arbeit gesteigert werden.

Die Studie zeige, dass nur wenige Unternehmen eine Kultur geschaffen haben, in der die Pause als integraler Bestandteil der Arbeit gesehen wird, so KLIX. 75 Prozent der befragten Beschäftigten gaben an, dass das "Pausemachen" in Ihrem Unternehmen nicht durch besonderen Angebote zur Pausengestaltung unterstützt wird, wie zum Beispiel durch kostenlose Pausenverpflegung, spezielle Pausenregelungen, Entspannungsmöglichkeiten, Bewegungsprogramme oder Ruheräume. Dementsprechend verbringen fast die Hälfte der Befragten ihre Pause am eigenen Arbeitsplatz oder dem eines Kollegen. 47 Prozent der Befragten nutzen die Pause vor allem dazu, um sich mit Kollegen auszutauschen.

Über Mars Drinks

Mars Drinks wurde 1955 als Hersteller von Getränkesystemen und Tochter der Mars Incorporated gegründet. Mars ist ein internationaler Konzern mit einem Umsatz von über 19 Milliarden US-Dollar in den Bereichen Lebensmittel, Getränke, Snacks und Heimtierbedarf. Mars Drinks ist vor allem bekannt für die Getränkesysteme FLAVIA und KLIX. FLAVIA bietet mit mehr als 30 Heißgetränken in vier Kategorien - Kaffees, Spezialitäten, schwarze sowie Wohlfühl-Tees - größtmögliche Vielfalt auf dem Markt. Die Marke KLIX steht für hochwertige, hygienische Getränkeversorgung, kompetenten Service sowie hohe Zuverlässigkeit der Getränkeautomaten. KLIX Systeme bieten eine große Auswahl an heißen und kalten Markengetränken sowie -suppen.

Ansprechpartner Presse:

Topcom Communication
Stephan M. Cremer
Hamburger Allee 45
60486 Frankfurt

Tel.: +49 69-330089-21
E-Mail: s.cremer@public.de

Pausenplanung steigert Produktivität

"Die Pause zwischendurch ist ein wichtiges Element des Arbeitsalltages", sagt Friedrich Georg Lischke, Deutschlandchef des KLIX-Getränkeautomaten-Herstellers Mars Drinks. "Viele Berufstätige haben noch immer ein tendenziell schlechtes Gewissen, wenn sie Pausen machen, das ist aber kontraproduktiv." Wenn die Pause geplant sei, man sich ein bisschen bewege und etwas zu trinken hole oder eine Kleinigkeit esse, kehre man wesentlich konzentrierter und motivierter an den Arbeitsplatz zurück, so Lischke. "Die verlorene Zeit holt man anschließend leicht wieder auf." Nach Ansicht der Spezialisten kommt es sehr darauf an, wie man die Pause nutzt: Kaum Wirkung zeigen unstrukturierte und "getarnte" Pausen wie surfen im Internet, private E-Mails lesen oder auf dem Weg zum WC links und rechts ein paar Worte wechseln. Psychologen empfehlen, bereits nach 20 Minuten angestrenzter Denkarbeit eine Pause einzulegen. Pausen funktionieren am besten zu festen Zeitpunkten, maximal 15 Minuten lang und aktiv gestaltet.

Ansprechpartner Presse:

Topcom Communication
Stephan M. Cremer
Hamburger Allee 45
60486 Frankfurt

Tel.: +49 69-330089-21
E-Mail: s.cremer@public.de