

PRESSEMITTEILUNG

Leibniz-Institut für Arbeitsforschung in Dortmund

24. September 2025

Studie identifiziert zentrale psychosoziale Belastungsfaktoren im Güterzugverkehr

Lange Fahrten, atypische Arbeitszeiten, hoher Zeitdruck und soziale Isolation: Die Arbeit von Lokführerinnen und Lokführern im Güterzugverkehr ist körperlich wie psychisch stark fordernd. Ein besseres Verständnis der besonderen Arbeitsbelastungen von Lokführerinnen und Lokführern im Güterzugverkehr kann dazu beitragen, den Beruf langfristig attraktiv zu gestalten. Ein Forschungsteam am Leibniz-Institut für Arbeitsforschung in Dortmund (IfADo) hat daher die Situation von 532 Lokführern in Deutschland untersucht – mit Blick darauf, wie sich verschiedene psychosoziale Faktoren und ihre Wechselwirkungen auf Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Sicherheit auswirken.

„Unsere Ergebnisse verdeutlichen, dass es nicht ausreicht, einzelne Stressoren isoliert zu betrachten. Entscheidend ist, die Wechselwirkungen psychosozialer Faktoren in ihrer Gesamtheit zu verstehen“, erklärt Dr. Yannick Metzler, Leiter der Nachwuchsgruppe Arbeitsstress am IfADo. „Gerade bei emotional hohen Anforderungen, in Kombination mit geringer sozialer Interaktion und eingeschränkten Entscheidungsspielräumen, entstehen Belastungen, die das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit erheblich beeinträchtigen können.“

Die Studie zeigt deutlich: Das psychosoziale Arbeitsumfeld von Lokführerinnen und Lokführern im Güterzugverkehr hat großen Einfluss auf Gesundheit und Sicherheit. Faktoren wie die persönliche Verbundenheit mit der Arbeit, stabile soziale Beziehungen, aber auch ausreichend Handlungsspielräume sowie Möglichkeiten zur Weiterentwicklung im Job tragen in unterschiedlichem Maße dazu bei, ob Beschäftigte gesund und leistungsfähig bleiben.

Um Gesundheit und Sicherheit langfristig zu fördern, empfehlen die Forschenden gezielte organisatorische Maßnahmen. „Soziale Kontakte - sei es zu Kolleginnen und Kollegen, Vorgesetzten oder im privaten Umfeld haben einen wesentlichen positiven Einfluss“, erläutert Nikita Rajendra Sharma aus der Gruppe Stress und Arbeitsgestaltung. „Entscheidungsspielräume können beispielsweise die Schichtenteilung betreffen und bei richtiger Gestaltung auch sozialer Isolation entgegenwirken.“ Die Daten zeigen, wie stark und in welche Richtung jeder Faktor die Leistung beeinflusst und liefern wichtige Ansatzpunkte zur Arbeitsgestaltung, die die Gesundheit schützt und gleichzeitig die Sicherheit im Bahnverkehr erhöht.



LEIBNIZ-INSTITUT
FÜR ARBEITSFORSCHUNG
AN DER TU DORTMUND



Originalpublikation:

Sharma, R. N., Rinkenauer, G., Taibi Y., Metzler Y. A.: 2025. *On the right track: psychosocial hazards and well-being in freight train driving*. Cognition, Technology & Work. <https://doi.org/10.1007/s10111-025-00824-7>

Wissenschaftlicher Kontakt:

Dr. Yannick Metzler
E-Mail: metzlery@ifado.de
Tel.: 0231 1084-262

Pressekontakt:

Saskia Schlesinger
E-Mail: schlesinger@ifado.de
Tel.: 0231 1084 -239