**Schichtarbeit: Beispiele für die Schichtplangestaltung**

Im Folgenden werden vollkontinuierliche und teilkontinuierliche Schichtpläne mit Sonntagsarbeit vorgestellt, die sich in der Praxis bewährt haben. Alle Pläne entsprechen den gesetzlichen Vor­schriften zu Nacht- und Schichtplangestaltung und berücksichtigen die arbeitswissen­schaft­lichen Erkenntnisse. Die Beispiele zeigen, wie ein Schichtplan mit Sonntagsschichten gestaltet werden kann. Für eine längere betriebliche Umsetzung muss stets ein maßgeschneidertes Schichtsystem entwickelt werden. Es ist sinnvoll, eine Arbeitsgruppe aus unterschiedlichen betrieblichen Bereichen einzusetzen, in der insbesondere betroffene Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen an dem Entwicklungsprozess beteiligt werden.

**Vollkontinuierlicher Schichtplan mit fünf Mannschaften und 5-Wochen Rhythmus**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mannschaft** | **Mo** | **Di** | **Mi** | **Do** | **Fr** | **Sa** | **So** |
| 1.Mannschaft | früh | früh | früh | spät | spät | frei | frei |
| 2.Mannschaft | frei | frei | frei | nacht | nacht | nacht | nacht |
| 3.Mannschaft | frei | frei | frei | früh | früh | frei | frei |
| 4.Mannschaft | spät | spät | spät | frei | frei | spät | spät |
| 5.Mannschaft | nacht | nacht | nacht | frei | frei | früh | früh |

Frühschicht: 06.00 Uhr – 14.00 Uhr

Spätschicht: 14.00 Uhr – 22.00 Uhr

Nachtschicht: 22.00 Uhr – 06.00 Uhr

**Vorteile des Schichtplans:**

* einfache Struktur, 5-wöchige Wiederholung
* Maximal vier Nachtschichten in Folge
* Vorwärtswechsel der Schichten wird eingehalten
* zwei freie Wochenenden in fünf Wochen
* Maximal ein 7-tägiger Arbeitsblock
* Überschaubare Freizeitblöcke

**Vollkontinuierlicher Schichtplan mit vier Mannschaften und 4-Wochenrhythmus (42-Stunden-Woche)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mannschaft** | **Mo** | **Di** | **Mi** | **Do** | **Fr** | **Sa** | **So** |
| 1.Mannschaft | spät | spät | spät | spät | nacht | nacht | nacht |
| 2.Mannschaft | frei | frei | frei | früh | früh | früh | früh |
| 3.Mannschaft | früh | früh | früh | frei | spät | spät | spät |
| 4.Mannschaft | nacht | nacht | nacht | nacht | frei | frei | frei |

Frühschicht: 06.00 Uhr – 14.00 Uhr

Spätschicht: 14.00 Uhr – 22.00 Uhr

Nachtschicht: 22.00 Uhr – 06.00 Uhr

**Vorteile des Schichtplans:**

* keine Arbeitsperioden von acht oder mehr Arbeitstagen in Folge
* kurze arbeitsfreie Zeiten zwischen den Schichten werden vermieden, dafür bestehen lange attraktiver Freizeitblöcke
* Vorwärtswechsel wird eingehalten
* maximal drei bzw. vier hintereinander liegende Nachtschichten
* überschaubare Schichtplanlänge
* Am Sonntag kann eine Nacht-, Spät-, oder Frühschicht mit zehn Stunden gearbeitet werden.

**Schichtsystem mit vier Mannschaften und 4-Wochen-Rhythmus mit Spät- sowie Nachtschichten am Sonntag (40 Wochenstunden)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mannschaft** | **Mo** | **Di** | **Mi** | **Do** | **Fr** | **Sa** | **So** |
| 1.Mannschaft | früh | früh | früh | frei | nacht | nacht | nacht |
| 2.Mannschaft | nacht | frei | frei | früh | früh | früh | spät |
| 3.Mannschaft | frei | nacht | nacht | nacht | frei | frei | frei |
| 4.Mannschaft | spät | spät | spät | spät | spät | spät | frei |

Frühschicht: 06.00 Uhr – 14.00 Uhr

Spätschicht: 14.00 Uhr – 22.00 Uhr

Nachtschicht: 22.00 Uhr – 06.00 Uhr

**Vorteile des Schichtplans:**

* Vorwärtswechsel wird grundsätzlich eingehalten. Lediglich einmal wird Vorwärtswechsel zugunsten eines superlangen Wochenendes nicht eingehalten
* Schichtplanlänge überschaubar
* Es wird angeboten, die Nachtschicht von Samstag auf Sonntag zu verlegen. Die dadurch erhöhte wöchentliche Arbeitszeit wird durch einen langen Freizeitblock in der darauf folgenden Woche ausgeglichen
* Maximal drei bzw. vier Nachtschichten hintereinander