

## Für Arbeitszeitmodelle, die sich an den Bedürfnissen der Beschäftigten orientieren

Aktuell sind die Stimmen, die eine Ausweitung der Arbeitszeit fordern, wieder ganz besonders laut. Beinahe täglich fordern Arbeitgeber und Teile der Politik "mehr Bock auf Arbeit", die "Rente mit 70" oder auch eine "Sechs-Tage-Woche". Der DGB Bayern möchte diese Forderungen so nicht stehen lassen. Durch die sich beschleunigende Verdichtung und Entgrenzung von Arbeit ist es in der Tat wieder an der Zeit, neu über Arbeit nachzudenken und sie zu gestalten - aber im Sinne der Beschäftigten.

### 1. Warum machen wir Arbeitszeit zum Thema?

Arbeitszeitfragen stehen seit jeher auf der gewerkschaftlichen Agenda. Ob der Kampf gegen überlange Arbeitszeiten zu Gründungszeiten, als noch 70 Stunden und mehr in der Woche gearbeitet wurde, oder die immerwährenden Auseinandersetzungen um eine faire Verteilung der Arbeit, also Arbeitszeit als Instrument der Bekämpfung von Arbeitslosigkeit: Arbeitszeit ist und bleibt ein aktuelles Feld. Auch heute häufen sich die Zeitkonflikte wieder. Menschen brauchen Zeit für Kinderbetreuung, Zeit für die Pflege von Angehörigen, Zeit für Familie und Freunde, Zeit für Weiterbildung, Zeit für ehrenamtliches Engagement und Zeit für Pausen, um bis zur Rente durchzuhalten.

Die Arbeitszeiten in Deutschland weisen – entgegen einigen Arbeitgebermythen – ein hohes Maß an Flexibilität auf. Auch unter den Beschäftigten ist der Wunsch nach flexiblen Arbeitszeiten stark verbreitet. Bislang hat die Flexibilisierung jedoch tendenziell zu einer Verlängerung der tatsächlichen Arbeitszeiten geführt. Gleichzeitig ist eine hohe

Arbeitsverdichtung zu konstatieren. Die psychischen Belastungen der Beschäftigten bewegen sich auf einem hohen Niveau.

Von Arbeitgeberseite und Teilen der Politik kommen nur Rezepte aus der Mottenkiste: Mehr arbeiten, länger arbeiten. Am besten täglich, wöchentlich, lebenslang. Von besserem Arbeiten, von Guter Arbeit, von der Perspektive menschenwürdiger Arbeit für alle, die die Belange der Beschäftigten achtet, ist von dieser Seite nichts zu hören.

*Wir wollen deiner Stimme Gehör verschaffen!*

Mehr zum Thema „Geschichte der Arbeitszeitverkürzung“ findest du [hier](#).

### 2. Was haben Gewerkschaften mit Arbeitszeit zu tun?

8-Stunden-Arbeitstag, 5-Tage-Woche, wöchentliche Höchstarbeitszeit, geregelte Pausen und Ruhezeiten: Diese Arbeitsbedingungen sollten heutzutage für die meisten Beschäftigten in Deutschland der Standard sein. In vielen Betrieben sorgen die Tarifverträge der DGB-Gewerkschaften sogar für noch bessere Regelungen. War das schon immer so? Wer hat dies erkämpft und verteidigt?

Arbeitszeit ist einer der zentralen Streitpunkte zwischen Arbeitgebern und Gewerkschaften. So müsste der 1. Mai eigentlich „Tag der Arbeitszeit“ heißen. Schließlich geht er auf einen Streik der amerikanischen Gewerkschaften zur Verkürzung der täglichen Arbeitszeit von zwölf auf acht Stunden im Jahr 1886 zurück.

Noch vor gut 100 Jahren waren 10-Stunden-Arbeitstage und mehr in Deutschland Normalität. Die Wochenarbeitszeit betrug teilweise bis zu 70 Stunden. Die Arbeitsbedingungen waren unmenschlich und gesundheitsschädlich. Daher erhob die Arbeiterbewegung die Verkürzung der Arbeitszeit zu ihrer zentralen Forderung. Es dauerte schließlich bis 1919, bis der 8-Stunden-Arbeitstag bei vollem Lohnausgleich in Deutschland eingeführt wurde.

In den 1950er Jahren betrug die Arbeitszeit in Deutschland noch immer rund 49 Stunden pro Woche, der Samstag war ein regulärer Arbeitstag. Legendär ist das DGB-Plakat aus dem Jahr 1956, das einen kleinen Jungen und den Spruch „Samstags gehört Vati mir“ zeigt. Eine Bewegung mit Erfolg!

Noch einmal rund 30 Jahre später begann der Kampf um die 35-Stunden-Woche mit einem Streik der IG Metall, der schließlich zu deren schrittweisen Umsetzung führte. Auch in vielen anderen Branchen vereinbarten die DGB-Gewerkschaften bis heute mit den Arbeitgebern in Tarifverträgen Verkürzungen und Flexibilisierungen der Arbeitszeit, Langzeitkonten oder Altersteilzeitregelungen im Sinne der Beschäftigten.

Die zunehmende Digitalisierung und der Wunsch des ortsunabhängigen Arbeitens sowie der besseren Vereinbarkeit von Familie und Beruf vieler Beschäftigter werden auch in Zukunft neue Anforderungen an die Arbeitszeitgestaltung mit sich bringen. Immer wichtiger werden klare Regelungen zum Schutz der Beschäftigten vor Entgrenzung der Arbeitszeit und ständiger Erreichbarkeit.

*Wir nehmen deine Impulse für eine moderne Arbeitswelt auf!*

*Du fragst dich: „Was haben die Gewerkschaften je für dich getan?“ Dann schau doch mal [hier](#).*

### **3. Wie haben sich Arbeitszeiten zuletzt entwickelt?**

Im Jahr 2023 arbeiteten in Deutschland 45,9 Millionen Erwerbstätige 61,6 Milliarden Arbeitsstunden. Noch 1990 waren es 38,8 Millionen Erwerbstätige mit 60,4 Milliarden Arbeitsstunden.

Während die durchschnittliche Wochenarbeitszeit aller Erwerbstätigen in Deutschland 2023 bei 34,3 Stunden lag, betrug die durchschnittliche tarifliche bzw. betriebsübliche Wochenarbeitszeit 30,4 Stunden. 1991 lag diese noch bei 34,9 Stunden. Vollzeitbeschäftigte konnten in den letzten Jahrzehnten ihre durchschnittliche Arbeitszeit leicht absenken. Arbeiteten sie 1991 im Schnitt noch 39,1 Stunden in der Woche, waren es im Jahr 2023 nur noch 38,2 Stunden. Teilzeitbeschäftigte hingegen arbeiten im Schnitt heute etwas länger. Ihr Durchschnittswert lag 1991 noch bei 14,9 Stunden in der Woche. 2023 lag dieser Wert bei 18,3 Stunden.

Bezahlte und unbezahlte Überstunden führen zu einer Verlängerung der tatsächlichen geleisteten Arbeitszeit von Beschäftigten. Im Jahr 2023 wurden 554 Millionen Überstunden bezahlt, im Schnitt 13,2 pro Beschäftigtem. Nicht bezahlt wurden 775 Millionen Überstunden, 18,4 Stunden pro Beschäftigtem.

*Wir setzen uns auch in Zukunft auf politischer, tariflicher und betrieblicher Ebene dafür ein, deine Arbeitszeitwünsche ernst zu nehmen.*

*Du willst mehr zu tariflich vereinbarten Arbeitszeiten wissen? Hier geht's zum [WSI-Tarifarchiv](#).*

*Zeitreihen zur Arbeitszeitentwicklung in Deutschland gibt es [hier](#).*

### **4. Wie ist derzeit die Belastungssituation der Beschäftigten?**

Die Untersuchungen des [DGB-Index-Gute-Arbeit](#) verdeutlichen, wie eng die Gesundheit der Beschäftigten mit ihren Arbeitsbedingungen zusammenhängt. Je stärker Arbeitsbelastungen ausgeprägt sind, desto schlechter werden Gesundheit und zukünftige Arbeitsfähigkeit eingeschätzt. Von den Beschäftigten, die mehreren körperlichen und psychischen Belastungsfaktoren ausgesetzt sind, gaben bei der Befragung 2023 lediglich 39 Prozent einen guten Gesundheitszustand an. Nur 7 Prozent der Hochbelasteten gehen davon aus, ihre Tätigkeit unter diesen Bedingungen bis zum Rentenalter durchführen zu können.

Die Befragung zeigt große Defizite bei betrieblichen Maßnahmen auf, mit denen Gefährdungen der Gesundheit vermieden werden sollen. Nur eine Minderheit der Betroffenen berichtet von einer wirksamen Verhältnisprävention (strukturelle Maßnahmen des Arbeitgebers zur Belastungsreduzierung): Bei körperlich schwerer Arbeit sind es 27 Prozent, beim Arbeiten unter Zeitdruck lediglich 14 Prozent. Ein wirksamer Arbeits- und Gesundheitsschutz ist viel zu oft die Ausnahme.

Ein zentrales Instrument der betrieblichen Prävention ist die Gefährdungsbeurteilung, zu deren Durchführung Arbeitgeber gesetzlich verpflichtet sind. Doch nur 38 Prozent der Befragten gaben an, dass eine Gefährdungsbeurteilung für ihren Arbeitsplatz in den vorangegangenen zwei Jahren durchgeführt wurde. Dabei werden psychische Arbeitsbelastungen, die in der Arbeitswelt weit verbreitet sind, nur unzureichend berücksichtigt. In weniger als der Hälfte (47 Prozent) der durchgeführten Beurteilungen wurde arbeitsbedingter Stress berücksichtigt. Insgesamt berichteten lediglich 18 Prozent der Befragten von einer vollständigen Gefährdungsbeurteilung für ihre Tätigkeit.

*Uns ist deine Gesundheit wichtig!*

*Hier gibt's [mehr Infos](#), wie die Beschäftigten die Arbeitswelt einschätzen.*

## 5. Was wünschen sich die Beschäftigten?

Sehr oft entspricht die tatsächliche Arbeitszeit nicht den Wünschen der Beschäftigten. Diverse Untersuchungen zeigen, dass unerfüllte Arbeitszeitwünsche kein Randphänomen sind. In den mittleren Lebensjahren ist rund die Hälfte der Befragten dauerhaft unzufrieden mit ihren Arbeitszeiten. Insgesamt dominiert der Wunsch, die Arbeitszeit zu verkürzen. Er ist bei Männern ausgeprägter als bei Frauen, was auf unterschiedliche Voraussetzungen hinsichtlich des derzeitigen Stundenumfags hinweist. Verlängerungswünsche hingegen spielen bei Frauen eine größere Rolle.

Fragt man Beschäftigte, welche wöchentliche Stundenzahl sie gerne arbeiten würden, wenn sich der Verdienst entsprechend anpassen würde, gibt knapp die Hälfte an, dass sie sich eine Verkürzung

ihrer Wochenstunden wünschen. Lediglich eine Minderheit (12 Prozent) wünscht sich eine Verlängerung der Arbeitszeit. Verkürzungswünsche treten insbesondere bei Vollzeitbeschäftigten auf (58 Prozent) und seltener bei Teilzeitbeschäftigten (21 Prozent). Diese streben dagegen häufiger eine Verlängerung der Arbeitszeit an (31 Prozent) als Vollzeitbeschäftigte (6 Prozent). Trotz lebensphasenspezifischer Unterschiede liegt die tatsächliche Arbeitszeit bei Männern und Frauen aller Altersgruppen mit und ohne Kinder sowie mit und ohne Pflegeaufgaben im Mittel über der gewünschten Arbeitszeit.

Rund 81 Prozent der Vollzeiterwerbstätigen wünschen sich, laut Befragung der [Hans-Böckler-Stiftung](#), eine Vier-Tage-Woche mit entsprechend niedrigerer Wochenarbeitszeit. Knapp 73 Prozent geben dabei an, eine Arbeitszeitverkürzung nur bei gleichem Lohn zu wollen. Acht Prozent der Erwerbstätigen würden ihre Arbeitszeit auch reduzieren, wenn dadurch das Entgelt geringer ausfällt.

*Wir nehmen eure Arbeitszeitwünsche ernst!*

*Du willst mehr über die Wünsche der Beschäftigten wissen? [Hier](#) gibt es Infos.*

## 6. Was sagt die Arbeitsmedizin?

Aus Sicht des Arbeitsschutzes ist die Sache klar. Bereits seit langem wissen wir um die arbeitswissenschaftlichen Untersuchungen zu den Folgen von überlangen Arbeitszeiten und den damit einhergehenden Gesundheitsrisiken. So steigt etwa das Unfallrisiko bei einer Erhöhung der Arbeitszeit von 8 auf 12 Stunden um 80 Prozent.

Auch neuere Untersuchungen zeigen, dass eine kürzere Arbeitswoche u.a. zu verringerten Stresswerten, niedrigerem Blutdruck und letztlich zu weniger Krankheitstagen führt. Gemäß der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin steigt das Risiko für Rückenschmerzen, Herzinfarkt oder auch Schlafstörungen mit der geleisteten Stundenzahl. Ebenfalls gut erforscht sind die Zusammenhänge, wonach die Ermüdung und damit die Sicherheitsgefahr mit der Dauer der Arbeitszeit zunehmen, während Leistung und Aufmerksamkeit nachlassen. Es gilt somit: Längeres Arbeiten ist

nicht unbedingt effizient. Fachkräftesicherung geht anders.

Gerade unter den Vorzeichen der Rente mit 67 und den Daten über die Zugangsgründe zur Erwerbsminderung muss gelten, dass nur genügend Regenerationsphasen und ein guter Arbeits- und Gesundheitsschutz im Betrieb dafür sorgen, dass ein langes Erwerbsleben gelingt. Besonderes Augenmerk ist hierbei auch auf die gewachsenen psychischen Belastungen zu legen.

*Für uns ist Arbeitsschutz kein Fremdwort!*

*Du willst mehr zum Zusammenhang von langen Arbeitszeiten und Gesundheit wissen? [Hier](#) findest du Antworten.*

## **7. Weniger arbeiten und mehr Wohlstand – geht das?**

Nun, historisch gesehen dürfte die Sache klar sein. Arbeitszeiten von 70 und mehr Stunden gehören der Vergangenheit an und doch ist unsere Gesellschaft heute um ein Vielfaches wohlhabender als früher. Das Pflügen des Feldes, das Schweißen einer Autokarosserie oder das Arbeiten im Büro sehen nun mal heute ganz anders aus als noch vor Jahrzehnten. Wir stellen heute mit weniger Arbeitsstunden mehr Waren und Dienstleistungen zur Verfügung.

Die Frage, ob mehr Arbeitszeit auch gleichzeitig mehr Produktivität bedeutet, muss aber nicht nur historisch verneint werden. Eher scheint es umgekehrt einen Zusammenhang zu geben, wie die Hans Böckler Stiftung unter dem Titel „[Kurze Arbeitszeit, hohe Produktivität](#)“ schreibt. Auch systematische Untersuchungen zum Zusammenhang von [Arbeit und Gesundheit](#) kommen zur Einschätzung, dass die Produktivität durch eine kürzere Arbeitszeit verbessert werden könnte.

Unter den Vorzeichen von Digitalisierung und weiteren Schritten der Automatisierung gilt es, den weiterwachsenden Wohlstand gerecht zu verteilen, und zwar sowohl in Zeit als auch in Geld!

*Wir wollen die Zukunft mitbestimmt und beschäftigtenorientiert gestalten.*

*Dich interessieren die Vorteile für Beschäftigte am Beispiel der Vier-Tage-Woche? [Hier](#) gibt's Anregungen.*

## **8. Was hat Arbeitszeit mit Arbeitsorganisation zu tun?**

In der Arbeitszeitdebatte müssten immer auch die Leistungsanforderungen an die Beschäftigten sowie die Fragen der Arbeitsorganisation mitgedacht werden.

Ein einfacher Ruf nach „mehr Bock auf Arbeit“, wie ihn die Arbeitgeberseite und Teile der Politik in immer kürzeren Abständen hinausposaunen, ist angesichts von Bergen an Überstunden der Beschäftigten nicht nur verkehrt, sondern auch gefährlich. Mit Blick auf die vorliegende Belastungssituation der Beschäftigten bedarf es vielmehr Grenzen der Arbeitsverdichtung und Vereinbarungen über Mindestpersonalausstattungen.

Welche Auswirkungen mangelnde Arbeitsbedingungen und hohe Belastungen haben, zeigt sich exemplarisch im Bereich der Pflege. Mindestens 300.000 Vollzeit-Pflegekräfte stünden in Deutschland durch Rückkehr in den Beruf oder Aufstockung der Arbeitszeit zusätzlich zur Verfügung, wenn sich die Arbeitsbedingungen in der Pflege deutlich verbessern würden. Das ergibt die Studie „[Ich pflege wieder, wenn...](#)“.

*Wir wollen menschengerechte Arbeit! Wir haben Bock auf Gute Arbeit!*

*Du willst mehr über Gute Arbeit wissen? Klicke [hier](#)!*

## **9. Gleichstellung und Arbeitszeit. War da was?**

Nach wie vor ist die Arbeitszeit ungleich auf die Geschlechter verteilt.

Für Bayern gilt:

Insgesamt arbeiten 49 Prozent aller Frauen und neun Prozent aller Männer im erwerbsfähigen Alter in Teilzeit. Ab der Altersgruppe 35 bis 40 Jahren arbeiten mehr als die Hälfte der erwerbstätigen Frauen in Teilzeit (55 Prozent). Auch in höheren Altersgruppen nimmt der Anteil nicht mehr ab. Hier

könnte mit einer kurzen Vollzeit als neuer Normalstandard eine Angleichung, inklusive der entsprechenden besseren sozialen Absicherung der betroffenen Frauen, erreicht werden.

Hinzu kommt das Feld der unbezahlten Sorgearbeit, also u.a. die Betreuung und Erziehung von Kindern, die Hausarbeit und die Unterstützung und Pflege von Familienangehörigen. Auch hier ist die Erkenntnis der ungleichen Verteilung zu Lasten der Frauen nicht neu, es braucht jedoch noch deutlich größere Anstrengungen für Verbesserungen.

Eine Verkürzung der Vollzeit bei vollem Lohnausgleich könnte auch von dieser Seite her wertvolle Impulse der Gleichstellung ermöglichen.

*Für uns ist Gleichstellung kein Fremdwort, sondern Auftrag.*

*Wie ist der Stand der Gleichstellung von Frauen und Männern in Deutschland? Bei Interesse klick [hier](#).*

## **10. Leben, um zu arbeiten... oder doch lieber arbeiten, um zu leben?**

Vielfach gibt es einen Zusammenhang zwischen der Zufriedenheit der Beschäftigten und der entsprechenden Arbeitszeit. Dies belegen vielfältige [Umfragen](#) zur sogenannten Work-Life-Balance. Oft gibt der größte Teil der Befragten an, ihnen sei die Work-Life-Balance am wichtigsten.

Aktuellen Umfragen zufolge ist nur eine Minderheit der Ansicht, die eigene Work-Life-Balance sei zufriedenstellend. Stress bei der Arbeit und Schwierigkeiten beim Abschalten am Feierabend sind keine Einzelschicksale, sondern Massenphänomene.

Kein Wunder, dass die Auswüchse der modernen Arbeitswelt aus Mehrarbeit, Flexibilisierung und Verdichtung Konsequenzen haben:

Das Privat- und Familienleben gerät unter Zeitdruck. Auch ehrenamtliches Engagement und andere soziale Aktivitäten in der Freizeit leiden unter mangelnder individueller Zeitsouveränität. Fast zwei Drittel aller Vollzeit erwerbstätigen Mütter und mehr als die Hälfte der entsprechenden Väter

berichten davon, nicht genug Zeit für sich selbst zu haben.

Die notorische Zeitnot kann durch weniger Zeit am Arbeitsplatz und den Wegfall von Fahrtzeiten gelindert werden. Im Gegenzug könnte die Zeit für Familie und Freunde zunehmen und Lebensqualität gewonnen werden. Ebenso wichtig ist es, die konkreten Arbeitsbedingungen zu verbessern.

*Wir wollen arbeiten, um zu leben!*

*Du willst mehr wissen? Dann könnte [das](#) was für dich sein.*

## **11. Kürzere Arbeitszeiten: Ein Gewinn fürs Klima?**

Schon lange ist bekannt, dass die Arbeitszeit einen (positiven) Effekt auf Emissionen haben kann.

Neue Arbeitszeitmodelle könnten daher einen Beitrag bei der Bewältigung der sich zuspitzenden Klimakrise leisten.

Weniger Pendelverkehr spart nicht nur Zeit, sondern ist auch gut fürs Klima. Wer viel beruflich unterwegs war, schätzt die sich entwickelnden Möglichkeiten des Online-Austausches. Weniger Reisezeit bedeutet weniger Stress und mehr Zeit für Freunde und Familie.

Die Arbeitswelt befindet sich im Wandel. Dies eröffnet jedoch auch Gestaltungsräume, die es im Sinne von Beschäftigten und Umwelt zu nutzen gilt.

*Wir denken: Arbeit und Klima sind keine Gegensätze!*

*Du willst mehr zum Thema wissen? Schau doch mal [hier](#) und debattiere mit.*

## **12. Warum sind schlechte Jobs eine ganz schlechte Idee?**

Rund jeder fünfte Beschäftigte in Deutschland arbeitet im Niedriglohnsektor, so viel wie in kaum einem anderen europäischen Land.

Eine Konsequenz daraus, wenn der Lohn nicht reicht, sind hohe Zahlen der Mehrfachbeschäftigung. Rund sieben Prozent der abhängig Beschäftigten haben mindestens eine weitere Tätigkeit.

Zwei Drittel der Mehrfachbeschäftigten arbeiten Vollzeit und haben zusätzlich einen Nebenjob. Summiert man die Dauer von Haupt- und Nebenjob, ergibt sich oft eine bedenkliche Arbeitsbelastung.

Notwendig ist ein konsequenter Rückbau des ausgeferten Niedriglohnsektors samt prekärer Beschäftigung. Dieser führt nicht nur zu hohen gesundheitlichen Gefahren durch überlange Arbeitszeiten, etwa durch einen Zweitjob. Geringe oder fehlende materielle, soziale und demokratische Teilhabe führt auch zum Erstarren der [Antidemokraten](#) und Rechtspopulisten. Gerade Menschen mit niedrigeren Einkommen sind durch die Coronakrise und die Teuerung infolge des Ukraine-Kriegs überproportional belastet worden. Ihre finanziellen Sorgen sind massiv gestiegen. Abstiegsängste grassieren. Schlechte Jobs sind der Zündstoff für diese Entwicklungen und eine Gefahr für unsere Demokratie!

*Wir verteidigen die Demokratie mit Guter Arbeit!*

*Du willst mehr zum Rechtspopulismus und möglichen Gegenstrategien wissen? Dann schau doch mal [hier](#).*

Wir Gewerkschaften packen es an. [Mach mit!](#)

Du willst noch mehr Infos? Dann schau auf unsere Website!

[www.bayern.dgb.de/arbeitszeitneugestalten](http://www.bayern.dgb.de/arbeitszeitneugestalten)