

# Arbeitszeitreport Deutschland – Länge, Lage und Flexibilität der Arbeitszeit im Überblick



baua: Bericht kompakt

**Durchschnittlich arbeiten abhängig Beschäftigte 38,4 Stunden pro Woche. Die Mehrheit der Beschäftigten möchte ihre Arbeitszeit verkürzen, etwa die Hälfte der Beschäftigten will zudem weniger als 5 Tage in der Woche arbeiten. 39 Prozent der Beschäftigten arbeiten regelmäßig am Wochenende. Gleichzeitig haben für viele Beschäftigte die Möglichkeiten, Arbeitszeiten flexibel zu gestalten, deutlich zugenommen. Diese und weitere Ergebnisse der BAuA-Arbeitszeitbefragung 2021 werden im aktuellen Arbeitszeitreport Deutschland vorgestellt.**

Arbeitszeiten sind nicht nur ein Schlüsselfaktor für die Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit, sondern bestimmen auch, wann und wie viel Zeit den Beschäftigten für Erholung und Privatleben zur Verfügung steht. Der Arbeitszeitreport Deutschland (BAuA, 2022) gibt einen repräsentativen Überblick der Arbeitszeiten von Erwerbstätigen in Deutschland. Datengrundlage ist die BAuA-Arbeitszeitbefragung 2021 (vgl. Infobox). Im Arbeitszeitreport wird die Verbreitung von Arbeitszeitmerkmalen dargestellt. Ein Fokus liegt zudem auf der Untersuchung der Zusammenhänge von Arbeitszeitmerkmalen, Gesundheit und Zufriedenheit von Beschäftigten. Im vorliegenden Kurzbericht werden zentrale Ergebnisse des Reports zu Länge, Lage und Flexibilität der Arbeitszeit zusammengefasst.

## BAuA-Arbeitszeitbefragung 2021

An der BAuA-Arbeitszeitbefragung 2021 (vgl. Häring et al., 2022) haben etwa 20 000 Erwerbstätige teilgenommen. Hiervon waren etwa 13 500 Erstbefragte und 6 500 Befragte, die bereits in mindestens einer der vorangegangenen Befragungswellen teilgenommen hatten. In einem circa 40-minütigen Telefoninterview wurden Angaben zu verschiedenen Arbeitszeitmerkmalen und weiteren Arbeitsbedingungen erhoben. Außerdem standen die Themen Gesundheit und Zufriedenheit im Fokus der Befragung. Die Ergebnisse sind repräsentativ für Personen in Deutschland, die einer bezahlten Erwerbstätigkeit von mindestens 10 Stunden pro Woche nachgehen. In diesem Kurzbericht beziehen sich die Angaben auf abhängig Beschäftigte im Alter von 15 bis 65 Jahren.

## Länge der Arbeitszeit: Tatsächliche und gewünschte Wochenarbeitszeit, Überstunden und verkürzte Ruhezeiten

Im Schnitt arbeiten abhängig Beschäftigte in Deutschland 38,4 Stunden in der Woche. Vollzeitbeschäftigte arbeiten mit 43,0 Stunden pro Woche durchschnittlich 4,3 Stunden mehr als ihre vertragliche Arbeitszeit es vorsieht. Frauen arbeiten deutlich häufiger in Teilzeit als Männer, vor allem in langer Teilzeit, d. h. 20–34 Stunden pro Woche (vgl. Abb. 1).

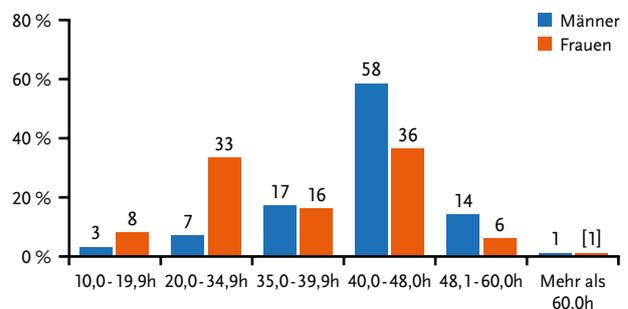


Abb. 1 Länge der tatsächlichen Wochenarbeitszeit nach Geschlecht (n = 17 761), [ ] Fallzahl zu gering

Mehr als die Hälfte der abhängig Beschäftigten (53 %) wünscht sich kürzere Arbeitszeiten. Abhängig Beschäftigte wollen durchschnittlich 34,4 Stunden pro Woche arbeiten, was einem Verkürzungswunsch von etwa 4 Stunden entspricht. Dabei wollen Frauen mit sehr langen Arbeitszeiten deutlich stärker verkürzen als Männer mit sehr langen Arbeitszeiten. Männer in Teilzeit hingegen wollen ihre Arbeitszeiten deutlich häufiger verlängern als Frauen in Teilzeit. Etwa die Hälfte aller Beschäftigten möchte zudem an weniger als 5 Tagen pro Woche arbeiten. Hierbei unterscheiden sich Männer und Frauen kaum.

Verkürzte Ruhezeiten von weniger als 11 Stunden treten bei 16 Prozent der abhängig Beschäftigten regelmäßig auf, das heißt mindestens einmal im Monat.

Lange Arbeitszeiten, Überstunden und verkürzte Ruhezeiten hängen eng mit Termin- oder Leistungsdruck zusammen (für Überstunden vgl. Abb. 2) und gehen darüber hinaus mit dem Auftreten gesundheitlicher Beschwerden einher. Beschäftigte mit langen Arbeitszeiten, Überstunden und verkürzten Ruhezeiten sind zudem deutlich seltener mit ihrer Work-Life-Balance zufrieden.

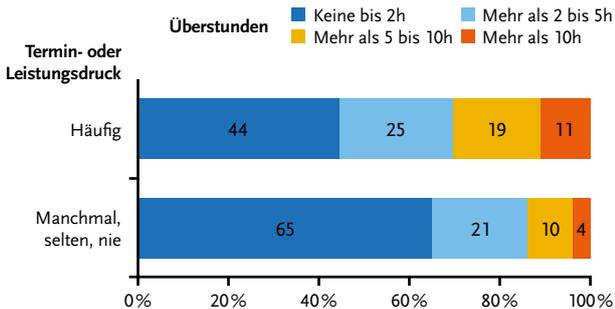


Abb. 2 Überstunden nach Termin- oder Leistungsdruck (n = 17 315), Rundungsfehler möglich

**Lage der Arbeitszeit: Wochenendarbeit, Arbeit außerhalb von 7 bis 19 Uhr und Schichtarbeit**

Knapp vier von zehn Beschäftigten (39 %) in Deutschland arbeiten regelmäßig am Wochenende. Konkret arbeiten 18 Prozent der Beschäftigten an Samstagen, nicht aber an Sonn- und Feiertagen, 2 Prozent an Sonntagen, nicht aber an Samstagen, und ein Fünftel an Samstagen und Sonntagen.

Zudem arbeiten vier von fünf Beschäftigten (80 %) normalerweise tagsüber zwischen 7 und 19 Uhr, 20 Prozent hingegen auch außerhalb dieser Zeiten.

18 Prozent der abhängig Beschäftigten arbeiten in Schichtarbeit: Jeweils 1 Prozent der Beschäftigten ist ausschließlich in Früh- oder in Spätschicht tätig, weitere 8 Prozent arbeiten in Wechselschicht ohne Nachtanteile, 7 Prozent in Wechselschicht mit Nachtanteilen und 1 Prozent in Dauernacht. Die überwiegende Mehrheit der abhängig Beschäftigten in Deutschland, das sind 82 Prozent, arbeitet nicht in Schichtarbeit.

Arbeit am Wochenende, außerhalb von 7 bis 19 Uhr sowie Schichtarbeit gehen häufig mit einer schlechteren allgemeinen Gesundheit und vermehrten gesundheitlichen Beschwerden einher (für Schichtarbeit vgl. Abb. 3). Beschäftigte mit solchen atypischen Arbeitszeitlagen sind außerdem seltener mit ihrer Work-Life-Balance zufrieden.

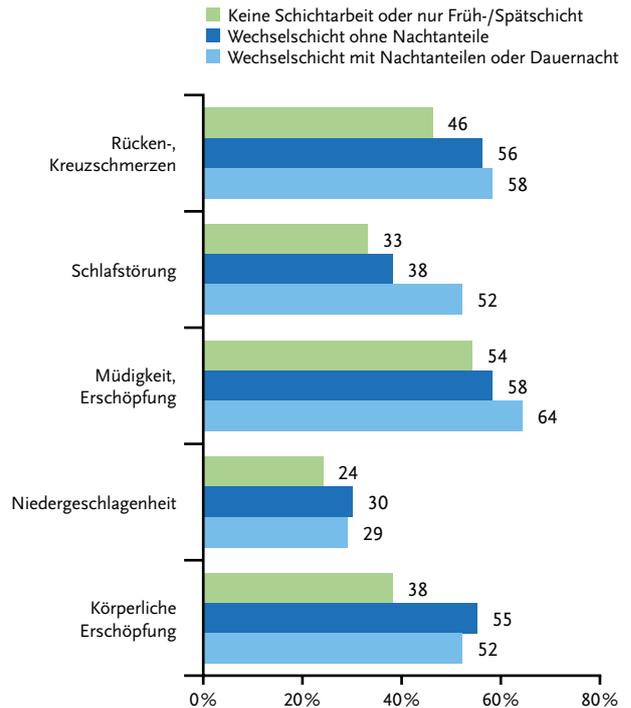


Abb. 3 Gesundheitliche Beschwerden nach Schichtarbeit (17 510 ≤ n ≤ 17 519)

**Flexibilität der Arbeitszeit: Flexibilitätsmöglichkeiten, -anforderungen und Arbeitszeiterfassung**

Flexibilitätsmöglichkeiten für Beschäftigte haben in den vergangenen Jahren zugenommen. Die Mehrheit der Beschäftigten hat Einfluss darauf, wann sie sich Stunden freinimmt und weitere zwei Drittel haben Einfluss darauf, wann sie sich Urlaub oder Tage freinehmen. Einfluss auf Arbeitsbeginn und -ende kann knapp die Hälfte der Beschäftigten nehmen. Insgesamt gehen diese Flexibilitätsmöglichkeiten mit einer besseren Gesundheit und einer höheren Zufriedenheit mit der Work-Life-Balance einher.

Flexibilitätsanforderungen gehören ebenfalls für einige Beschäftigte zum Arbeitsalltag. Ein Zehntel der Beschäftigten berichtet von häufigen betriebsbedingten Arbeitszeitänderungen, die oftmals sehr kurzfristig (z. B. am gleichen Tag oder am Vortag) kommuniziert werden. Auf Abruf arbeiten in Deutschland 4 Prozent der Beschäftigten, 5 Prozent der Beschäftigten leisten Bereitschaftsdienst<sup>1</sup> und 6 Prozent Rufbereitschaft<sup>2</sup>. Von 22 Prozent der Beschäftigten wird erwartet, dass sie auch außerhalb ihrer Arbeitszeit erreichbar sind, 13 Prozent der Beschäftigten werden tatsächlich häufig im Privatleben kontaktiert.

1 Beschäftigte halten sich in der Regel am Arbeitsort oder in unmittelbarer Nähe auf, damit sie möglichst zeitnah die Arbeit aufnehmen können.  
 2 Beschäftigte können ihren Aufenthaltsort selbst bestimmen und müssen sich nur für einen möglichen Arbeitseinsatz bereithalten.

Flexibilitätsanforderungen stehen in Zusammenhang mit einer schlechteren Gesundheit und einer geringeren Zufriedenheit mit der Work-Life-Balance. Die Anforderungen ergeben sich aus der mangelnden Vorhersehbarkeit und Planbarkeit von Arbeitszeiten. Bereitschaftsdienst und Rufbereitschaft gehen häufiger mit einem erhöhten Auftreten gesundheitlicher Beschwerden einher. Zudem berichten Beschäftigte, von denen eine Erreichbarkeit außerhalb der Arbeitszeit erwartet wird, dass sie öfter gesundheitlichen Beeinträchtigungen haben und seltener mit ihrer Vereinbarkeit von Arbeit und Privatleben zufrieden sind. Noch deutlicher ist dieser Zusammenhang für Beschäftigte, die tatsächlich häufig im Privatleben aus dem Arbeitsumfeld kontaktiert werden.

Die Erfassung der Arbeitszeiten ist insgesamt weit verbreitet. Bei insgesamt acht von zehn Beschäftigten wird die Arbeitszeit betrieblich (47 %) oder durch die Beschäftigten selbst erfasst (32 %). Wird die Arbeitszeit betrieblich erfasst, geht dies fast immer mit der Verbuchung auf einem Arbeitszeitkonto einher (vgl. Abb. 4). Im Durchschnitt sind Beschäftigte mit Arbeitszeiterfassung zufriedener mit ihrer Work-Life-Balance.

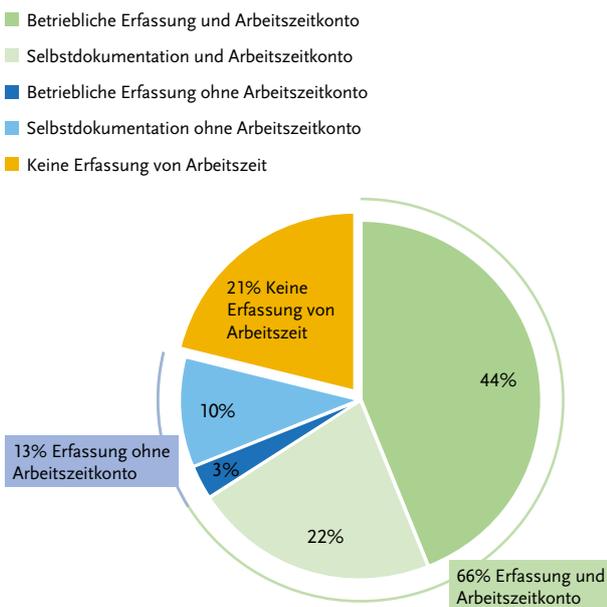


Abb. 4 Arbeitszeiterfassung nach Art der Erfassung und Arbeitszeitkonto (n = 17 475)

**Fazit**

Die Ergebnisse des Arbeitszeitreports Deutschland geben einen Überblick über die Verbreitung und Verteilung verschiedener Arbeitszeitaspekte in Deutschland. Sie unterstreichen, dass die Ausgestaltung der Länge, Lage und Flexibilität von Arbeitszeiten eine entscheidende Rolle für die Sicherheit und Gesundheit der Beschäftigten spielt. Sie hängt zudem mit der wahrgenommenen Vereinbarkeit von Privatleben und Beruf zusammen. Flexible Arbeitszeiten gewinnen immer mehr an Bedeutung. Diese Flexibilitätsspielräume nicht nur zu nutzen, sondern gesundheitsförderlich auszugestalten, ist eine der zentralen zukünftigen Herausforderungen des Arbeitsschutzes.

Der vollständige Arbeitszeitreport ist online auf der Webseite der BAuA verfügbar:

BAuA (2022). Arbeitszeitreport Deutschland: Ergebnisse der BAuA-Arbeitszeitbefragung 2021. (baua: Bericht). Dortmund/Berlin/Dresden: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin. <https://doi.org/10.21934/baua:bericht20221103>

Weitere Publikationen und Informationen zum Thema Arbeitszeit finden sich ebenfalls auf der Webseite der BAuA unter: <https://www.baua.de/arbeitszeit>

**Literatur**

Häring, A., Schütz, H., Kleudgen, M., Nold, J., Vieten, L., Entgelmeier, I. & Backhaus, N. (2022). Methodenbericht und Fragebogen zur BAuA-Arbeitszeitbefragung 2021 (baua: Bericht). Dortmund/Berlin/Dresden: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin. <https://doi.org/10.21934/baua:bericht20220918>

**Zitiervorschlag**

Backhaus, Nils; Nold, Johanna; Vieten, Laura, 2023. Arbeitszeitreport Deutschland – Länge, Lage und Flexibilität der Arbeitszeit im Überblick. Dortmund: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin. baua: Bericht kompakt.