

Demokratie braucht Zeit

Längere Arbeitstage sind schlecht für die Demokratie.

Denn Beschäftigten fehlt die Zeit für politisches Engagement.

Die Bundesregierung plant, die tägliche Obergrenze für die Arbeitszeit im Erwerbsjob abzuschaffen. Damit würden Arbeitstage von mehr als zwölf Stunden möglich. Die faktische Abschaffung des Achtstundentags ist nicht nur ein Problem, weil betroffenen Beschäftigten, vor allem Frauen, dann noch häufiger die Zeit für unbezahlte Sorgearbeit fehlt. Auch die Demokratie könnte leiden. Denn die Zeit für politisches Engagement ist bereits heute knapp, „besonders für junge Menschen sowie Personen in der Haupterwerbs- und Familienphase“, so Carolin Deuffhard vom WZB, WSI-Arbeitszeitexpertin Yvonne Lott und Hanna Völkle von der Europäischen Akademie für Frauen in Politik und Wirtschaft (EAF) Berlin. Um die Frage zu beantworten, wer „überhaupt ausreichend Zeit hat, sich ehrenamtlich, sozial oder politisch zu engagieren“, greifen die Wissenschaftlerinnen auf die Zeitverwendungserhebung des Statistischen Bundesamts zurück. Dabei zeigt sich ein klarer Zusammenhang zwischen Arbeitszeit und Engagement: Menschen mit einer täglichen Erwerbsarbeitszeit bis zu 5,5 Stunden engagieren sich zu 14,4 Prozent. Unter denjenigen, die mehr als 8,5 Stunden im Job verbringen, sind es nur 5,7 Prozent. Deshalb, so die Forscherinnen, ist Arbeitszeitpolitik „auch Demokratiep politik“.

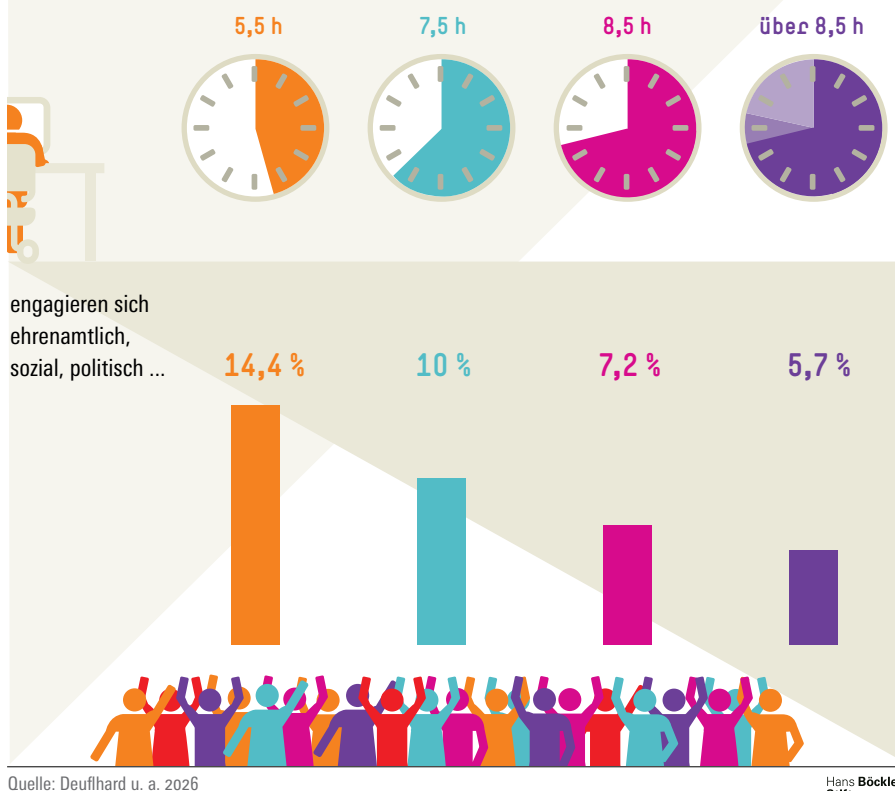
Die Zeit für Engagement – gemeint ist damit die ganze „Bandbreite ehrenamtlicher, sozialer und politischer Aktivitäten“ – ist insgesamt sehr ungleichmäßig verteilt. Während sich unter den Frauen und Männern im Rentenalter 18 beziehungsweise 19 Prozent engagieren, sind es in der Altersgruppe von 25 bis 34 Jahren jeweils nur etwa 8 Prozent. Erst in der Altersgruppe der 45- bis 54-Jährigen steigt der Anteil merklich an. Menschen in der „Haupterwerbs- und Familienphase“ haben offenbar so viel um die Ohren, dass für gesellschaftlichen Einsatz kaum noch Raum mehr bleibt, folgern Deuffhard, Lott und Völkle. Dazu passt, dass sich Menschen mit minderjährigen Kindern weniger engagieren als solche ohne Kinder. Mütter kommen noch etwas seltener zu außerfamiliärem Engagement als Väter.

Gerade mit Blick auf die Menschen in der „Rushhour des Lebens“ wären noch längere tägliche Arbeitszeiten fatal, folgern die Forscherinnen. Neben der bloßen Rechnung in Stunden und Minuten sind ihnen zufolge noch zwei ande-

re Faktoren zu bedenken, wenn es um Arbeitszeit und Demokratie geht: Erstens ist entscheidend, inwieweit Beschäftigte selbst über ihre Arbeitszeiten bestimmen können – wer voraussichtlich oft nicht an Sitzungen des Kommunalparlaments teilnehmen kann, wird sich kaum zur Wahl stellen. Zweitens kosten lange Arbeitstage nicht nur Zeit, sondern auch Energie. Erschöpfung führt erfahrungsgemäß eher zum Rückzug statt zu Engagement. Ausreichende Erholung ist daher eine „Voraussetzung für politische Partizipation“.

Wer Zeit für Engagement hat

Von den Personen mit einer täglichen Arbeitszeit bis zu ...



Das Fazit der Forscherinnen: „Kurze und selbstbestimmte Erwerbsarbeitszeiten sind ein zentraler Hebel, um ehrenamtliches, soziales und politisches Engagement zu fördern.“ Die Frage sei: „Wollen wir eine Gesellschaft, die auf Zeitknappheit und stiller Erschöpfung ihrer Mitglieder basiert – oder eine, die Zeit für Sorge und Engagement als Voraussetzung lebendiger Demokratie begreift?“ <

Quelle: Carolin Deuffhard, Yvonne Lott, Hanna Völkle: Keine Zeit für Demokratie? Warum Arbeitszeitpolitik auch Demokratiep politik ist, WSI-Kommentar Nr. 10, September 2026