

WSI KOMMENTAR

Nr. 8 · April 2026 · Hans-Böckler-Stiftung

ARBEITSZEITFLEXIBILISIERUNG UND LANGE ERWERBSARBEITSZEITEN: WARUM DIE SCHWEIZ KEIN VORBILD IST

Bettina Kohlrausch, Noémie Zurlinden

In fast jeder Diskussion über die Erwerbsarbeitszeit in Deutschland kommt irgendwann der Punkt, an dem auf die Schweiz verwiesen wird. Ein häufig angeführtes Argument lautet, dass Erwerbstätige in Deutschland weniger arbeiten würden als in der Schweiz. Der Vergleich mit der Schweiz zeige, dass es bei der Ausweitung der individuellen Erwerbsarbeitszeiten in Deutschland noch deutliche Spielräume gebe, z.B. durch eine Ausweitung der wöchentlichen Erwerbsarbeitszeit, eine Erhöhung des Renteneinstiegsalters oder eine Aufhebung der täglichen Höchstarbeitszeitbegrenzung. Ein detaillierter Blick auf die Schweiz zeigt jedoch, dass der gesellschaftliche Preis für diese hohen Arbeitszeiten sehr hoch ist, denn sie wirken sich negativ auf die Gesundheit der Arbeitnehmenden und die Vereinbarkeit von Beruf und Familie aus.

Hoher Vollzeitstandard geht mit häufiger Teilzeitarbeit einher

Die betriebsübliche bzw. vertragliche Arbeitszeit bei einer Vollzeitstelle ist in der Schweiz mit 41,7 Stunden sehr hoch. Es herrscht somit eine hohe Vollzeitnorm, die es vielen Frauen unmöglich macht, eine Vollzeiterwerbstätigkeit mit der Care-Arbeit, die auch in der Schweiz überwiegend von Frauen ausgeübt wird, zu vereinbaren. Sie sind daher gezwungen, in Teilzeit zu arbeiten. Frauen in der Schweiz geben somit dreimal häufiger als Männer an, aufgrund von Kinderbetreuungspflichten einer Teilzeiterwerbstätigkeit nachzugehen (BFS 2025).

Generell ist die Teilzeitquote in der Schweiz hoch, sie liegt sowohl bei Männern als auch bei Frauen über dem Anteil in Deutschland, wobei Frauen in beiden Ländern deutlich häufiger in Teilzeit erwerbstätig sind. 2024 waren in der Schweiz 58,4 Prozent der Frauen (49 Prozent in Deutschland) und

21,1 Prozent der Männer (zwölf Prozent in Deutschland) in Teilzeit erwerbstätig. Gleichwohl liegen die Erwerbsarbeitsstunden in der Schweiz auch in Teilzeit über denen in Deutschland. Das Institut der Deutschen Wirtschaft (IW) weist darauf hin, dass Erwerbstätige in der Schweiz 188 Stunden mehr pro Jahr arbeiten als Erwerbstätige in Deutschland. Das gilt auch für Frauen: Während erwerbstätige Frauen in der Schweiz im Mittel rund 31 Wochenstunden arbeiten, liegt die durchschnittliche Arbeitszeit von Frauen in Deutschland bei etwa 27 bis 28 Wochenstunden (OECD 2024).

Lange Erwerbsarbeitszeiten belasten Frauen mehr als Männer

Im Ergebnis führt dies dazu, dass Frauen in der Schweiz, bezahlte und unbezahlte Arbeit zusammengerechnet, mehr als Männer und auch mehr als Frauen in Deutschland arbeiten. Nach Daten des Bundesamtes für Statistik arbeiten Frauen in der Schweiz durchschnittlich 57,2 Stunden pro Woche, wenn bezahlte Erwerbsarbeit und unbezahlte Haus-, Betreuungs- und Freiwilligenarbeit zusammen betrachtet werden. Laut BFS (Bundesamt für Statistik) und Schweizerischer Arbeitskräfteerhebung (SAKE) kommen Männer auf 54,3 Stunden. Die Wochenarbeitszeit in Deutschland beläuft sich bei Frauen auf 54 und bei Männern auf 53 Stunden (Lott 2024). Auch wenn die beiden Datengrundlagen nicht vollständig vergleichbar sind, so ist dies doch ein deutlicher Hinweis auf die hohen Anforderungen, die vor allem für Frauen mit hohen Erwerbsarbeitszeiten einhergehen.

Lange und entgrenzte Erwerbsarbeitszeiten

Lange Arbeitszeiten gehen zudem oft mit einer Entgrenzung von Arbeit einher, wie auch das Beispiel Schweiz belegt. So zeigt die Europäische Erhebung über die Arbeitsbedingung 2024 (Eurofound 2024), dass entgrenzte Arbeitszeiten und die damit einhergehende Überlagerung von Arbeit und Privatleben sowohl in der Schweiz als auch in Deutschland ein Problem sind, wobei das Problem in der Schweiz deutlich ausgeprägter ist. Während in Deutschland 19 Prozent der Arbeitnehmenden mehrere Male pro Monat in der Freizeit arbeiten, um die Arbeitsanforderungen zu erfüllen, sind es in der Schweiz sogar 29 Prozent. Der Anteil der Beschäftigten, die im letzten Monat mindestens einmal weniger als elf Stunden Ruhezeit zwischen dem Ende eines und dem Beginn des nächsten Arbeitstages hatten, liegt in der Schweiz mit 25 Prozent acht Prozentpunkte über dem Anteil in Deutschland (17 Prozent). In der Schweiz arbeiten 15 Prozent 48 oder mehr Stunden pro Woche – dies ist jedoch kein Ausdruck von Fleiß, sondern von einer höchst ungesunden Arbeitslast. Das ist mehr als doppelt so häufig wie in Deutschland, wo sieben Prozent der Befragten angeben, dass ihre Arbeitswochen 48 oder mehr Stunden betragen, obwohl die Höchstarbeitszeit in Deutschland bei 48 Stunden liegt.

Gesundheitliche Auswirkungen von langen Arbeitszeiten

In der Schweiz zeichnet sich eine Zunahme von Stress und krankheitsbedingten Ausfällen ab. Laut Job-Stress-Index (Gesundheitsförderung Schweiz 2022) hat der Anteil von gestressten Erwerbstätigen im letzten Jahrzehnt zugenommen. Während 2014 noch 24,8 Prozent der Beschäftigten gestresst waren, waren es 2022 bereits 28,2 Prozent. Die Untersuchung der Gesundheitsförderung Schweiz zeigt, dass in diesem Zeitraum der Anteil der Erwerbstätigen, die sich emotional erschöpft fühlten, von 24,0 Prozent auf 30,3 Prozent zunahm (Gesundheitsförderung Schweiz 2022). Auch die krankheitsbedingten Abwesenheiten stiegen von 227 Mio. 2014 auf 329 Mio. Arbeitsstunden 2024 (BFS 2024). Besonders besorgniserregend ist auch die Zunahme der Fälle von Langzeitarbeitsunfähigkeit (PK Rück 2025).

Die Forschungslage legt nahe, dass diese Zunahme von Stress und krankheitsbedingten Ausfällen auch mit den langen Arbeitszeiten zusammenhängt. Tägliche Arbeitszeiten von mehr als zehn Stunden und wöchentliche Arbeitszeiten von 48 Stunden und mehr führen zu gesundheitlichen Beschwerden, Burnout-Symptomen und Stresserleben (Amlinger-Chatterjee 2018). Zahlreiche Studien belegen darüber hinaus einen deutlichen Zusammenhang zwischen langen Arbeitszeiten und einem erhöhten Unfallrisiko. So steigt etwa das Verletzungsrisiko nach der neunten Arbeitsstunde exponentiell an (Fischer et al. 2017). Dies deckt sich mit Befunden aus Deutschland. Lott und Backhaus (2025) zeigen, dass fragmentierte Arbeitszeiten eng mit mehr Zeit- und Leistungsdruck zusammenhängen und die Gesundheit der Beschäftigten negativ beeinflussen können.

Produktivitätsverluste

Die Forschung zum Zusammenhang von Produktivität und Arbeitszeit zeigt, dass lange Erwerbsarbeitszeiten negative Auswirkungen auf die Produktivität haben können. Menschen arbeiten bei einer kürzeren Stundenzahl tendenziell effektiver. Dafür sprechen die zahlreichen Studien, die belegen, dass bei der Verkürzung der Arbeitszeit im Rahmen einer Vier-Tage-Woche die Produktivität nicht sinkt. Längere Arbeitsstunden hingegen führen zu mehr Fehlern und dazu, dass Menschen länger für bestimmte Tätigkeiten brauchen – die Produktivität also sinkt. Dies gilt auch für wissensnahe Tätigkeiten und Büroarbeit. Zudem gibt es einige Studien, die auf der Individual-ebene zeigen, dass eine Reduktion der Arbeitsstunden sogar mit einer erhöhten Produktivität einhergeht (ETUC 2025) – so auch für die Schweiz. Die Gesundheitsförderung Schweiz berechnete in der oben erwähnten Untersuchung zum Job-Stress-Index, dass arbeitsbezogener Stress die Schweizer Wirtschaft 2022 rund 6,5 Mrd. Franken kostete (Gesundheitsförderung Schweiz 2022). Das ökonomische Potenzial einer Reduktion von arbeitsbezogenem Stress in der Schweiz ist also riesig. Verschiedene Maßnahmen können Stress reduzieren. Die Eindämmung der langen Arbeitszeiten und das Sicherstellen von genügend Zeit zur Erholung spielen dabei eine zentrale Rolle.

Was man tatsächlich von der Schweiz für Deutschland lernen kann

Anders als in der deutschen Diskussion über eine Ausweitung von Erwerbsarbeitszeiten behauptet, zeigt der Blick in die Schweiz eben gerade nicht, dass es in Deutschland gesellschaftliche Spielräume für eine Ausweitung von Arbeitszeiten gibt, da hohe Erwerbsarbeitszeiten hohe gesellschaftlichen Kosten bedeuten:

- Eine hohe Vollzeitnorm führt zu einem hohen Anteil von Teilzeitbeschäftigten. Gerade für Frauen ist dies daher kein nachhaltiger Weg zu einer Ausweitung der Erwerbsbeteiligung. Die Tatsache, dass Frauen in der Schweiz – zählt man bezahlte und unbezahlte Arbeit zusammen – deutlich mehr arbeiten als deutsche und schweizerische Männer, aber auch als deutsche Frauen, zeigt, dass eine hohe Vollzeitnorm vor allem auf eine Arbeitszeiterhöhung für Frauen hinausläuft.
- Ebenso wird deutlich, dass lange Arbeitstage mit einer Fragmentierung von Arbeitszeiten und Arbeitsverdichtung mit einer Zunahme von Stress und Belastungen der Beschäftigten einhergehen. Frauen sind besonders betroffen, da sie oft mehr unbezahlte Sorgearbeit leisten und durch fragmentierte Arbeitszeiten stärker unter Druck stehen. Zudem verfestigen lange Arbeitstage die geschlechtsspezifischen Muster der Verteilung von Erwerbs- und Sorgearbeit eher noch.
- Zählt man die Stunden, die Personen für bezahlte und unbezahlte Arbeit leisten, zusammen, so arbeiten Frauen in der Schweiz mehr als schweizerische Männer. Die Lasten, die mit langen Arbeitstagen einhergehen, werden nicht gleich zwischen den Geschlechtern verteilt, sondern belasten vor allem Frauen.
- Der Blick in die Schweiz zeigt auch, dass die Idee, die deutsche Wirtschaft durch längere Arbeitszeiten anzukurbeln, an der empirischen Realität vorbeigeht. Der unterstellte Zusammenhang zwischen hohen Arbeitszeiten und Produktivitätszuwächsen zeigt sich nicht.

Der Ansatz, die Arbeitszeiten auszudehnen, um die in Deutschland durchaus bestehenden Erwerbspotenziale auszuschöpfen, geht somit in die falsche Richtung. Daher ist eine Erhöhung des Erwerbsvolumens von Frauen durchaus

wünschenswert. Dies muss allerdings mit einer Neuverteilung der Sorgearbeit zwischen Männern und Frauen einhergehen, wenn es nicht zu einer zusätzlichen Belastung von Frauen führen soll. Dafür muss es zeitliche Spielräume gerade für Männer geben, um einen größeren Anteil der Sorgearbeit zu übernehmen. Eine hohe Vollzeitnorm hätte hier sicherlich eher den gegenteiligen Effekt. Ein Ausbau von Kinderbetreuung und Pflege ist ebenfalls eine wichtige, wenngleich nicht hinreichende Voraussetzung für eine Erhöhung der Erwerbstätigkeit von Frauen. Denn auch wenn der Gender Care Gap in Haushalten mit Kindern unter sechs Jahren mit 15 Stunden besonders groß ist, besteht dabei die von Frauen zusätzlich geleistete Sorgearbeit keineswegs nur aus Kinderbetreuung und Pflege von Angehörigen (vgl. Kohlrausch/Polloczek 2024).

Anstatt die Erwerbsarbeitszeiten weiter auszudehnen, sollte der Reduktion von arbeitsverursachtem Stress eine höhere Bedeutung zukommen: zur Verbesserung von Wohlbefinden und Gesundheit der Arbeitnehmenden, aber auch um die Produktivitätsverluste aufgrund von arbeitsbezogenem Stress und langen Arbeitszeiten zu reduzieren und den Beschäftigten zu ermöglichen, das gesetzliche Rentenalter zu erreichen. Die Realität in Deutschland sieht jedoch häufig anders aus. In der Betriebs- und Personalrätebefragung des WSI geben mehr als ein Sechstel der befragten Personal- und Betriebsräte an, dass sich der Betrieb „gar nicht“ darum bemühe, die Arbeitsbedingungen älterer Beschäftigter ihren Bedürfnissen entsprechend besser zu gestalten. Hierzu gehören zum Beispiel Bemühungen der Betriebe, die Arbeitsbedingungen an die Älteren anzupassen und zu optimieren, aber auch allgemeine Maßnahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements auszubauen (Blank/Brehmer 2023).

Literatur

Amlinger-Chatterjee, M. (2018): Arbeitswissenschaftliche Fakten. Gesundheitsförderung Schweiz: Bericht 7 „Betriebliches Gesundheitsmanagement“, November 2018, S. 83

Blank, F./Brehmer, W. (2023): Durchhalten bis zur Rente? Einschätzungen von Beschäftigten, Betriebs- und Personalräten. Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliches Institut der Hans-Böckler-Stiftung: WSI Report Nr. 85, 06/2023, Düsseldorf

BFS (Bundesamt für Statistik, Schweiz) (2024): Arbeitsvolumenstatistik AVOL

BFS (Bundesamt für Statistik, Schweiz) (2025): Teilzeit ist bei Frauen fast dreimal häufiger als bei Männern – Teilzeiterwerbstätigkeit in der Schweiz 2024, Medienmitteilung vom 02.09.2025, <https://www.bfs.admin.ch/asset/de/36057565>

ETUC (European Trade Union Confederation) (2025): Bargaining for Working Time Reduction. ETUC Study on Working Time Reduction in Collective Agreements, <https://www.etuc.org/en/publication/bargaining-working-time-reduction-etuc-study-working-time-reduction-collective>

EUROFOUND (2024): Europäische Arbeitsbedingungen-Umfrage 2024, Europäische Erhebung über die Arbeitsbedingungen (EWCS), Luxemburg

Fischer D./Lombardi, D. A./Folkard S./Willets J./Christiani, D. C. (2017): Updating the „Risk Index“: A Systematic Review and Meta-Analysis of Occupational Injuries and Work Schedule Characteristics, in: Chronobiology International 34 (10), S. 1423–1438

Gesundheitsförderung Schweiz (2022): Job-Stress-Index 2022. Monitoring von Kennzahlen zum Stress bei Erwerbstätigen in der Schweiz, https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2022-10/Faktenblatt_072_GFCH_2022-08_-_Job-Stress-Index_2022_2.pdf

Kohlrausch, B./Polloczek, M. (2024): Fachkräftemangel mit den Menschen beheben - nicht gegen sie. Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliches Institut der Hans-Böckler-Stiftung: WSI Kommentar Nr. 5, 12/2024, Düsseldorf

Lott, Y. (2024): Alles beim Alten. Der Gender Care Gap in der Erwerbsbevölkerung. Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliches Institut der Hans-Böckler-Stiftung: WSI Policy Brief Nr. 83, Düsseldorf

Lott, Y./Backhaus, N. (2025): Zusammenhänge zwischen Arbeitszeitfragmentierung, Zeit- oder Leistungsdruck, Arbeitszeit, Ruhezeit und Work-Life-Balance: Welche Rolle spielen Geschlecht und Elternschaft?, in: Sozialpolitik.ch 1/2025

OECD (Organisation for Economic Co-operation and Development) (2024): “OECD Family Database.” Paris: Organisation for Economic Co-operation and Development.

PK Rück Lebensversicherungsgesellschaft für die betriebliche Vorsorge AG (2025): Fokus 2. Säule. Invaliditätsentwicklung seit 2012 und Ausblick, Invaliditätsstudie 2024, Schaan/Zürich

Autorenkontakt

Prof. Dr. Bettina Kohlrausch
bettina-kohlrausch@boeckler.de

Noémie Zurlinden
noemie.zurlinden@unia.ch

Impressum

WSI

Wirtschafts- und Sozial-
wissenschaftliches Institut

Herausgeber:

Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliches
Institut (WSI) der Hans-Böckler-Stiftung
Georg-Glock-Straße 18
40474 Düsseldorf
Telefon +49 211 7778-582
wsi-online@boeckler.de

Pressekontakt: Rainer Jung

Telefon +49 211 7778-150

Der WSI Kommentar ist als unregelmäßig
erscheinende Online-Publikation erhältlich
über <https://www.wsi.de/de/wsi-kommentar-58317.htm>

ISSN 2944-0572

Folgen Sie uns auf bluesky:

<https://bsky.app/profile/wsiinstitut.bsky.social>

auf LinkedIn:

<https://www.linkedin.com/company/wsiinstitut/>

Dieses Werk ist lizenziert unter Creative
Commons Attribution 4.0 (BY). (Lizenztext:
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode.de>)

