

Adieu Hamsterrad, Hallo Zeitwohlstand

# Weniger Arbeiten als Transformationsstrategie

Christoph Bader, Interdisziplinäres Zentrum für  
Nachhaltige Entwicklung und Umwelt (CDE),  
Universität Bern

10. Januar 2024, Affoltern am Albis



# Adieu Hamsterrad, Hallo Zeitwohlstand

## Wollen die Menschen das überhaupt?

### Nachvollziehbare Gründe für Geldpräferenz statt mehr Zeit

Die Trennung von Arbeit und Kapital in unserem kapitalistisch organisierten Wirtschaftssystem bringt es mit sich, dass wir jene Dinge, die wir zum Überleben benötigen, mehrheitlich käuflich erwerben. Dafür benötigen wir Geld.

- Seit 1980er Jahren Geldpräferenz gegenüber Zeitpräferenz wieder gestiegen u.a. Entwicklung Reallöhne, Ausdehnung Niedriglohnsektor, private Finanzierung von Altersvorsorge
- Umfragen zeigen aber, Menschen wollen weniger arbeiten (können aber oft nicht)

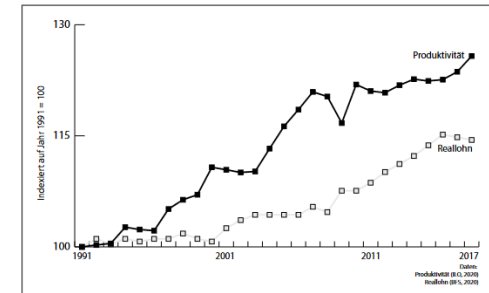
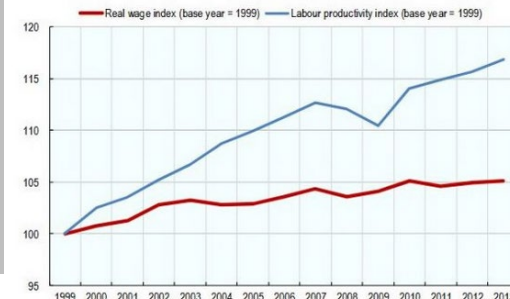


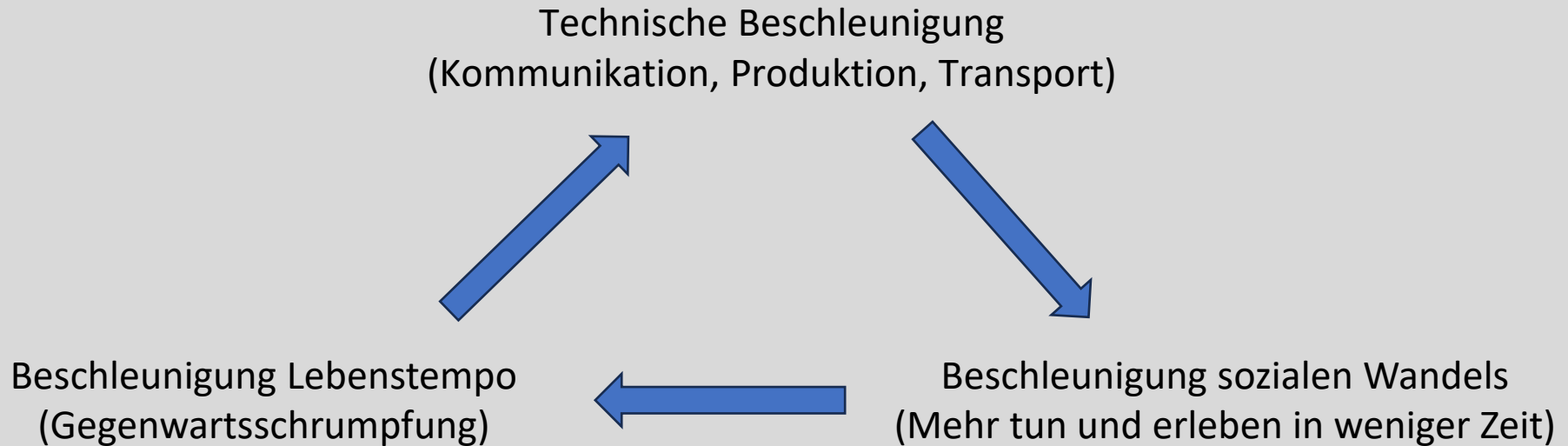
Abbildung 2.1: Entwicklung der Arbeitsproduktivität und dem Reallohn für die Schweiz zwischen 1991 und 2017 (Quelle: Eigene Darstellung, basierend auf Daten aus (BFS 2020b; ILO 2020)

Figure 6: Productivity and wage index (G20 advanced economies)



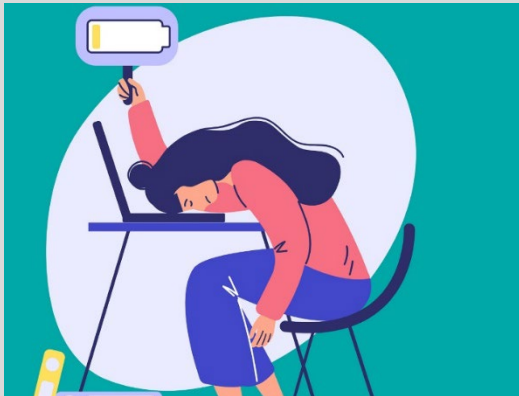
# Adieu Hamsterrad, Hallo Zeitwohlstand

## Beschleunigung und Entfremdung

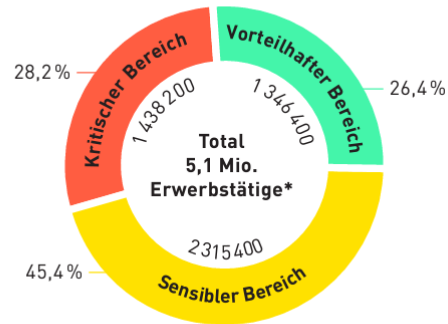


# Warum weniger arbeiten?

## Stress, Burnout, Vereinbarkeit, Quiet Quitting



Verteilung der Erwerbstätigen auf vorteilhaften, sensiblen und kritischen Bereich des Job-Stress-Index 2022 (Hochrechnung)



\* Quelle Anzahl Erwerbstätige: BFS Q1/2022



Gesundheitsförderung Schweiz (2023)

# Warum weniger arbeiten?

## Raum für zeitintensive und suffiziente Lebensstile

Betrachten wir all die Dinge, mit welchen wir uns in einer Woche herumschlagen geht eine 40+ Stundennorm (eigentlich) mathematisch gar nicht auf:

-> Schlafen, Essen, Erwerbsarbeit, Eigenarbeit, Fürsorgearbeit, Gemeinwohlarbeit

Nur möglich durch: **Externalisierungen** (Lessenich, 2018)  
u.a. durch

-> Auto / Flugzeug (ökologisch)

-> unbezahlte Care-Arbeit

-> billige Pflegekräfte (transnationale Sorgeketten),  
Kita-Mitarbeitende als Tieflohneempfänger\*innen



Illustration: Hannah Ambühl.

# Weniger Arbeiten als Transformationsstrategie

## Aktuelle Debatte – dreifache Dividende

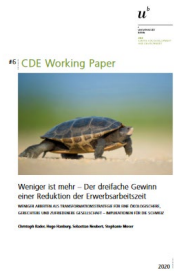
- **Ökologisch** – Weniger arbeiten, um unseren Planeten zu schützen

(u.a. Schor 2008, Knight et al. 2013; King and van den Bergh 2017, Fremstad et al., 2019).

- **Sozial** – Weniger arbeiten für ein gesünderes und glücklicheres Leben

(u.a. Paech, 2010; Rosa, 2016, Neubert et al., 2022).

- **Ökonomisch** - Gerechtere Verteilung von angesichts verschiedener Trends (Digitalisierung, Produktivitätssteigerung) knapper werdender **Arbeit** (u.a Antal 2014, Jackson & Victor 2011, Seidl & Zahrtm, 2019)



SUSTAINABILITY: SCIENCE, PRACTICE AND POLICY  
2022, VOL. 15, NO. 1, 2222-2295  
<https://doi.org/10.1080/15487717.2022.222295>

RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

Taylor & Francis  
Taylor & Francis Group

Working less for more? A systematic review of the social, economic, and ecological effects of working time reduction policies in the global North

Hugo Hanbury<sup>a</sup>, Patrick Illien<sup>a,b</sup>, Eva Ming<sup>a</sup>, Stephanie Moser<sup>a</sup>, Christoph Bader<sup>a</sup> and Sebastian Neubert<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Centre for Development and Environment, University of Bern, Bern, Switzerland; <sup>b</sup>Department of Environmental Systems Science, ETH Zürich, Zürich, Switzerland

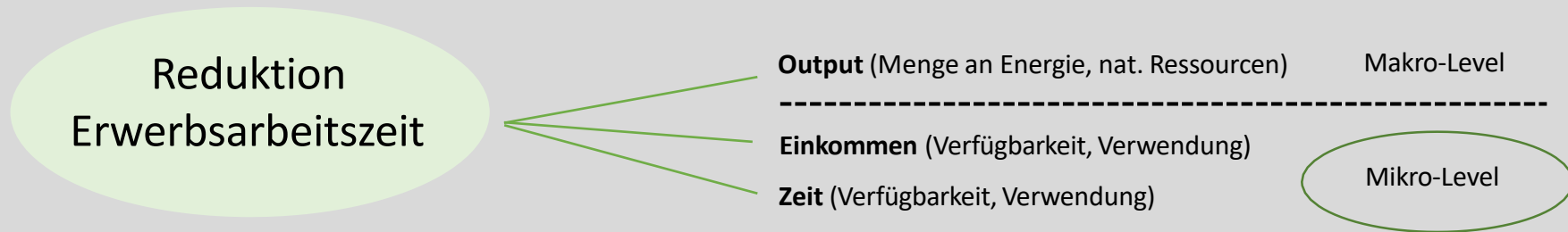
**ABSTRACT**  
The increasingly studied effects of working time reductions (WTR) on social, economic, and ecological sustainability depend on how these reductions are conceptualized in terms of implementation level, form, extent and accompanying wage compensation. Very little research on WTR considers more than one sustainability dimension or explores different conceptualizations of WTR. We thus seek in this article to differentiate the effects of diverse conceptualizations of WTR policies within and across all three sustainability dimensions by conducting a systematic review of longitudinal and (quasi-)experimental research on the ecological, social, and economic effects of WTRs. The studies we reviewed on social sustainability (n=18) suggest that WTRs have generally well-substantiated positive effects on well-being, health, and work-family conflict. Regarding economic effects (n=14), however, the findings are mixed: WTRs appear to have small, positive employment effects and unclear productivity effects, on one hand, as well as negative career-trajectory effects, on the other. The only study reviewed concerning ecological sustainability suggests that WTRs have a positive effect on the environment. Research on different conceptualizations of WTRs is scarce but suggests that WTRs might be most beneficial when implemented with a substantial reduction in working hours, on the national or organizational level, in the form of fewer rather than shorter working days, and accompanied by progressive wage compensation. Based on these findings, we also outline a research agenda to address the knowledge gaps in this important field of study.

**ARTICLE HISTORY**  
Received 2 November 2022  
Accepted 2 June 2023

**KEYWORDS**  
Working time reduction; sustainability; triple dividend; policies

# Was passiert wenn wir weniger arbeiten?

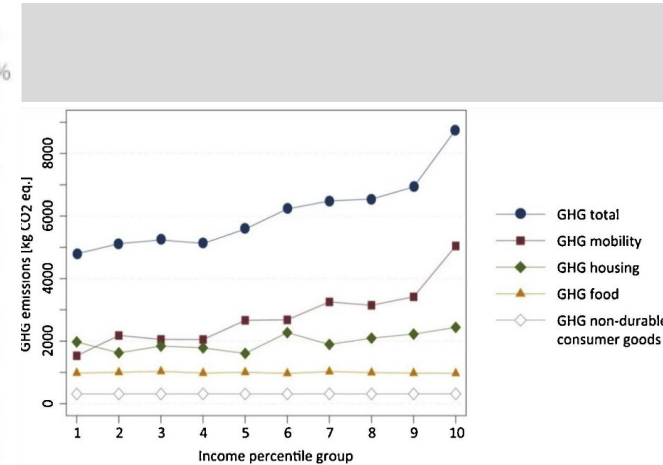
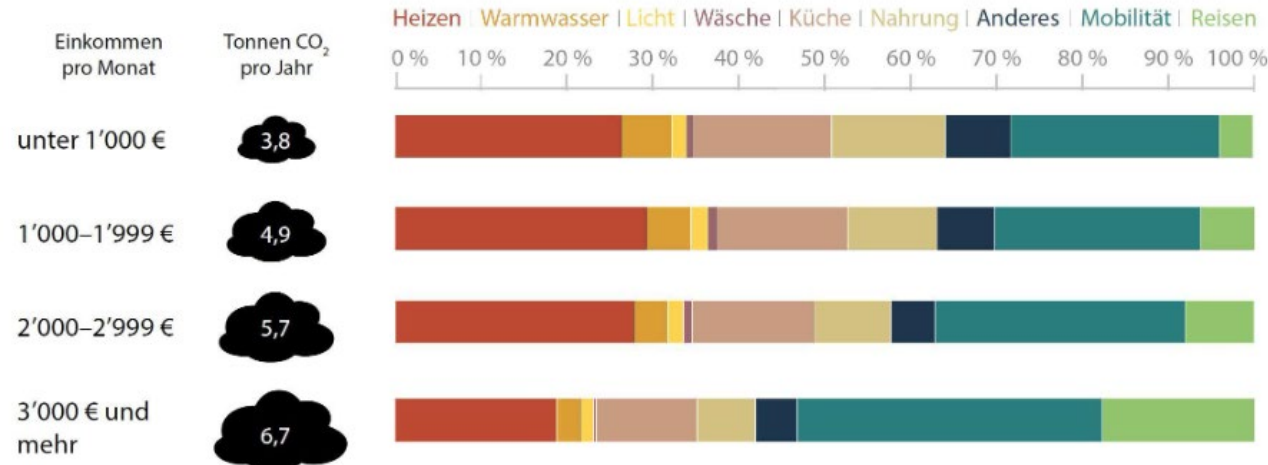
## Drei Effekte einer Arbeitszeitreduktion



**Ob und wie gross die ökologische, soziale und ökonomische Dividende einer Arbeitszeitverkürzung ist, ist abhängig davon, wie sich die Verfügbarkeit und Verwendung von Einkommen und Zeit ändern.**

# Hohes Einkommen – Hoher Verbrauch

## Einkommen und Ressourcenverbrauch



Bruderer Enzler & Diekmann (2019)

Abb. 2. Jährliche Pro-Kopf-CO<sub>2</sub>-Emissionen sowie Anteile der verschiedenen Verbrauchsbereiche je Einkommensgruppe in Deutschland\* (nach Kleinhüchelkotten, Neitzke und Moser 2016)



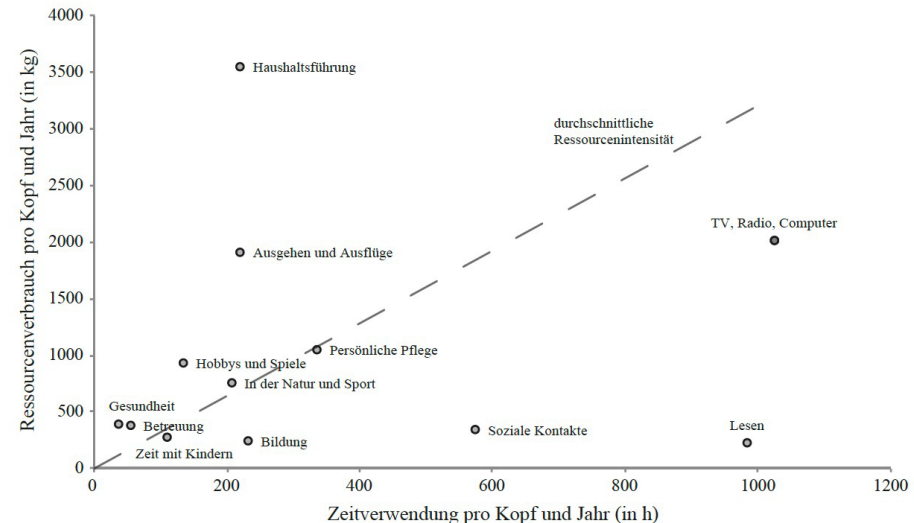
# Zeitverwendung und Ressourcenverbrauch

## Zeitintensiv aber ressourcenleicht

### Effekte auf individueller Ebene

Idee:

- Ressourcenleichte Tätigkeiten benötigen häufig mehr Zeit bspw. Zug statt Flug oder die Pflege von sozialen Kontakten.
- Viele Dinge (bspw. Gitarre) stiften erst Nutzen, wenn man genügend Zeit hat. Wenn die Zeit fehlt, wird durch weitere Kaufhandlungen kompensiert



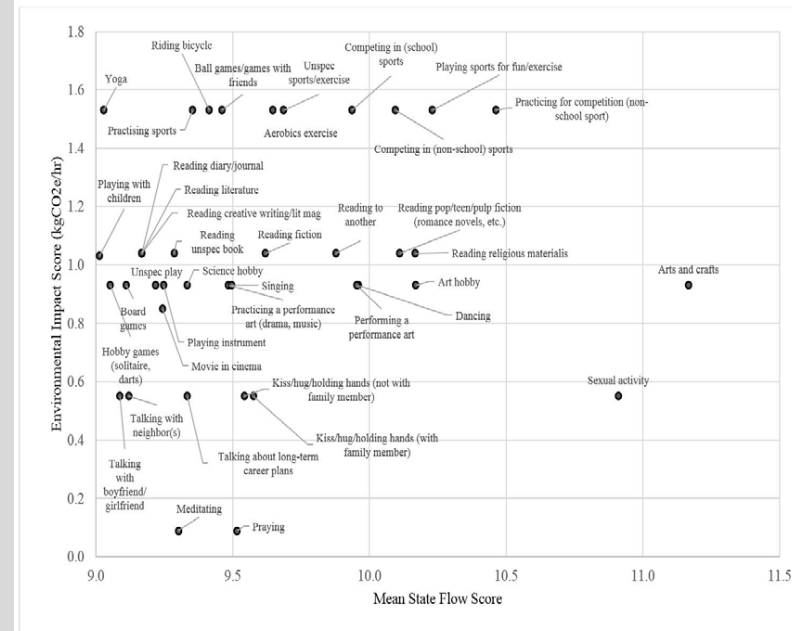
# Zeitverwendung und Zufriedenheit

## Zufriedenheitsstiftend aber ressourcenleicht

### Effekte auf individueller Ebene

Tätigkeiten, die sowohl einen positiven Effekt auf das Wohlbefinden haben als auch eine verhältnismässig geringe Energieintensität aufweisen:

- Positive romantische Beziehungen
- Spirituelles / religiöses Denken (Meditation, Yoga etc.)
- Kreative Aktivitäten (Handarbeit, Tanzen, Singen, Musik)
- Sport und physische Aktivität
- Soziale Beziehungen pflegen (Nachbarn, Partner etc.)



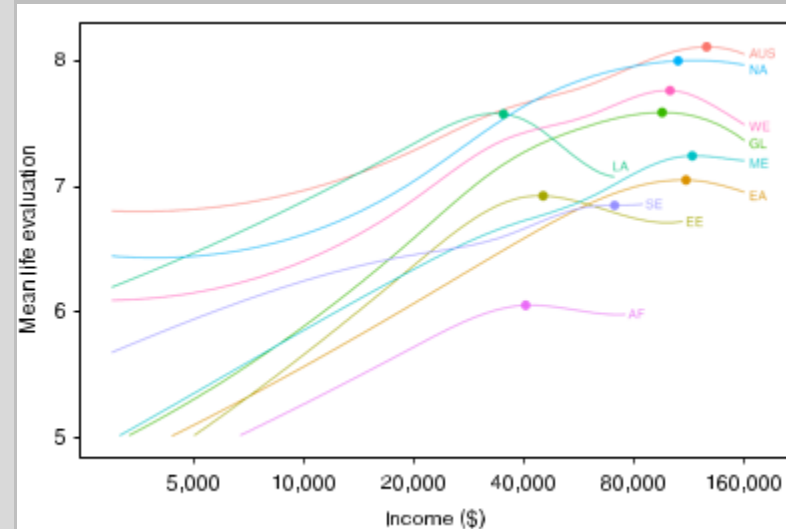
# Einkommen und Zufriedenheit

## Weniger Arbeiten für mehr Zufriedenheit

### Effekte auf individueller Ebene

Mehr Einkommen ist so lange zufriedenheitsstiftend, als dass ein Zuwachs die bessere Befriedigung von Bedürfnissen erlaubt. Befriedigung von Bedürfnissen braucht jedoch nicht nur Geld, sondern auch Zeit (z.B. soziale Beziehungen) (bspw. Kahnemann et al. 2006)

Weniger Einkommen aufgrund von EAZ wirkt sich je nach Einkommensklasse unterschiedlich aufs Wohlbefinden aus.



# Reduktion der Erwerbsarbeitszeit

## Erste Resultate für die Schweiz

- Durch. Reduktion von 8h
- **Wohlbefinden:** Teilzeitarbeitende verfügen über höhere Lebenszufriedenheit, subjektives Wohlbefinden und geringere Stresssymptome.
- **Klimafreundliches Handeln:** Teilzeitarbeitende fahren weniger Auto, fliegen weniger und wohnen in kleineren Wohnungen. Auch pendeln sie weniger.

Forschungsprojekt: 2016-2021  
Forschungsgruppe:  
Stephanie Moser,  
Hugo Hanbury,  
Sebastian Neubert,  
Christoph Bader

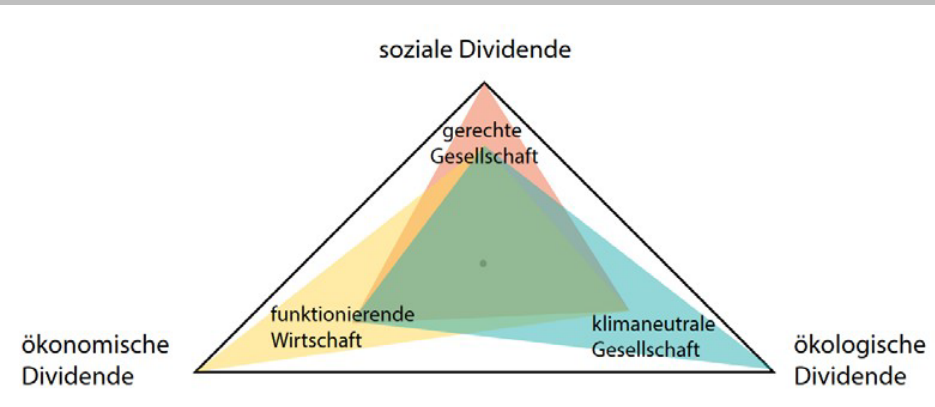


# Reduktion der Erwerbsarbeitszeit

## Umsetzung

### Viele Formen möglich

- Umfang der Reduktion
- 6 Stundentag, 4 Tageswoche, Auszeiten, über ganze Lebenszeit
- Entscheidung individuell oder kollektiv
- Wer finanziert
  - mit oder ohne Lohnausgleich
  - Quersubventionierung (Neues Steuersystem)
  - Sektorübergreifende Vollkostenrechnung (arbeitbezogene Gesundheitskosten, weniger Arbeitslosengelder)



# Reduktion der Erwerbsarbeitszeit

## Umsetzung - Beispiele



- 4h weniger bei gleichem Lohn
- Effizienter und zufriedener



- 20% weniger bei gleichem Lohn
- Anzahl Fehltag gingen zurück
- Kein Produktivitätsverlust



- 2h weniger bei gleichem Lohn
- Mehr Bewerbungen auf Stellen
- Pilot nicht weitergeführt



- 10% weniger bei gleichem Lohn
- Fluktuation und Abwesenheiten gesunken
- Weiterführung offen (Studie CDE)

# Reduktion der Erwerbsarbeitszeit

## Umsetzung – Erste Learnings

- Es gibt nicht die eine Lösung
- Partizipation von Arbeitnehmenden in Ausgestaltungs- und Entscheidungsfindungsprozess (Beispiel Schwendimann AG)
- Soziale Dividende (höhere Zufriedenheit, bessere Gesundheit, weniger familiäre Konflikte) empirisch beobachtbar und messbar (Hanbury et al., 2023)
- Ökonomische Dividende (u.a. Beschäftigungs- und *Produktivitätseffekte*) weniger gut untersucht und gemischte empirische Beobachtungen. (Hanbury et al., 2023)
  - Produktivitätseffekte richtiges Mass für Bildung, Gesundheit, Care?
  - Fokus auf Produktivitätseffekte -> Verdichtung der Arbeitszeit



# Vielen Dank

# Für Ihre Aufmerksamkeit

**Christoph Bader, CDE Uni Bern**

10.1.2024, Affoltern am Albis

**u<sup>b</sup>**

**UNIVERSITÄT  
BERN**

**CDE**  
CENTRE FOR DEVELOPMENT  
AND ENVIRONMENT





# Quellenverzeichnis

Antal, M. 2014. "Green Goals and Full Employment: Are They Compatible?" *Ecological Economics* 107: 276–286. doi:10.1016/j.ecolecon.2014.08.014.

Bader C, Hanbury H, Neubert S, Moser S. 2020. Weniger ist Mehr – Der dreifache Gewinn einer Reduktion der Erwerbsarbeitszeit. Weniger arbeiten als Transformationsstrategie für eine ökologischere, gerechtere und zufriedenerere Gesellschaft – Implikationen für die Schweiz. Bern: Centre for Development and Environment (CDE) CDE Working Paper Report No.: 6. [accessed 2020 Jul 13]. <https://boris.unibe.ch/144160/>.

Bruderer Enzler H, Diekmann A. 2019. All talk and no action? An analysis of environmental concern, income and greenhouse gas emissions in Switzerland. *Energy Research & Social Science*. 51:12–19. doi:[10.1016/j.erss.2019.01.001](https://doi.org/10.1016/j.erss.2019.01.001).

Buhl J, Acosta J. 2016. Labour Markets: Time and Income Effects from Reducing Working Hours in Germany. In: Santarius T, Walnum HJ, Aall C, editors. *Rethinking Climate and Energy Policies: New Perspectives on the Rebound Phenomenon*. Cham: Springer International Publishing. p. 163–179. [http://dx.doi.org/10.1007/978-3-319-38807-6\\_10](http://dx.doi.org/10.1007/978-3-319-38807-6_10).

Fremstad, A., M. Paul, and A. Underwood. 2019. "Work Hours and CO2 Emissions: Evidence from U.S. Households." *Review of Political Economy* 31 (1): 42–59. doi:10.1080/09538259.2019.1592950.

Gesundheitsförderung Schweiz. 2023. Job-Stress-Index 2022. [https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/migration/documents/Faktenblatt\\_072\\_GFCH\\_2022-08\\_-\\_Job-Stress-Index\\_2022.pdf](https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/migration/documents/Faktenblatt_072_GFCH_2022-08_-_Job-Stress-Index_2022.pdf).

Hanbury H, Illien P, Ming E, Moser S, Bader C, Neubert S. 2023. Working less for more? A systematic review of the social, economic, and ecological effects of working time reduction policies in the global North. *Sustainability: Science, Practice and Policy*. 19(1):2222595. doi:[10.1080/15487733.2023.2222595](https://doi.org/10.1080/15487733.2023.2222595).

Isham A, Gatersleben B, Jackson T. 2019. Flow Activities as a Route to Living Well With Less. *Environment and Behavior*. 51(4):431–461. doi:[10.1177/0013916518799826](https://doi.org/10.1177/0013916518799826).

Lessenich S. 2018. Neben uns die Sintflut: Wie wir auf Kosten anderer leben.

Jackson, T., and P. Victor. 2011. "Productivity and Work in the 'Green Economy': Some Theoretical Reflections and Empirical Tests." *Environmental Innovation and Societal Transitions* 1 (1): 101–108. doi:10.1016/j.eist.2011.04.005.

# Quellenverzeichnis

- Jebb AT, Tay L, Diener E, Oishi S. 2018. Happiness, income satiation and turning points around the world. *Nature Human Behaviour*. 2(1):33–38. doi:[10.1038/s41562-017-0277-0](https://doi.org/10.1038/s41562-017-0277-0).
- King, L., and J. van den Bergh. 2017. "Worktime Reduction as a Solution to Climate Change: Five Scenarios Compared for the UK." *Ecological Economics* 132: 124134. doi:10.1016/j.ecolecon.2016.10.011.
- Kleinhückelkotten S, Neitzke H-P, Moser S. 2016. Repräsentative Erhebung von Pro-Kopf- Verbräuchen natürlicher Ressourcen in Deutschland (nach Bevölkerungsgruppen). Texte | 39/2016. Dessau-Rosslau: Umweltbundesamt.
- Neubert, S., C. Bader, H. Hanbury, and S. Moser. 2022. "Free Days for Future? Longitudinal Effects of Working Time Reductions on Individual Well-Being and Environmental Behaviour." *Journal of Environmental Psychology* 82: 101849. doi:10.1016/j.jenvp.2022.101849.
- Rosa H. 2016. Beschleunigung. 11th ed. Frankfurt am Main: suhrkamp.
- Seidl I, Zahrnt A. 2019. Tätigsein in der Postwachstumsgesellschaft. Marburg: Metropolis Verlag.
- Schor, J. 2008. "Sustainable Consumption and Worktime Reduction." *Journal of Industrial Ecology* 9 (1–2): 37–50. doi:10.1162/1088198054084581.