

# Flexible Arbeitszeiten erhöhen Druck

**Düsseldorf.** Zerstückelte Arbeitszeiten mögen die Bewältigung des Alltags erleichtern. Zufrieden mit ihrer Work-Life-Balance sind vor allem weibliche Beschäftigte, die ihre tägliche Erwerbsarbeit länger für private Zwecke unterbrechen, aber nicht, zeigt eine neue Untersuchung der Hans-Böckler-Stiftung. Die Ergebnisse der am 11. Dezember veröffentlichten Studie verdeutlichen: Arbeitszeitfragmentierung und Zeit- oder Leistungsdruck hängen zusammen. Gründe könnten sein, dass der zweigeteilte Arbeitstag mit mehrfachem Rollenwechsel selbst den Stresslevel erhöht oder dass die Arbeitsmenge so groß ist, dass sie anders gar nicht zu schaffen wäre. Arbeitszeitfragmentierung geht oft mit langen - und nach arbeitswissenschaftlichen Erkenntnissen gesundheitlich oft problematischen - Wochenarbeitszeiten einher. Bei fragmentierter Arbeit kommen die Ruhezeiten - gesetzlich vorgeschrieben sind elf Stunden am Stück - oft zu kurz. Je häufiger Beschäftigte mit fragmentierten Zeiten arbeiten, desto schlechter bewerten sie ihre Work-Life-Balance. Frauen nehmen einen größeren Zeit- und Leistungsdruck wahr. (jW)

*<https://www.jungewelt.de/artikel/490251.flexible-arbeitszeiten-erhoe-hen-druck.html>*