

**Andreas Lange<sup>1</sup>**

## **Bildungs- und Regenerationsbedürfnisse von Familien heute. Konsequenzen für Angebote im Erholungs- und Freizeitbereich**

### **1). Alle Spatzen pfeifen es von den Dächern: Es läuft etwas schief im Verhältnis von Erwerbsarbeit und Familie und es geht um mehr als bloße „Vereinbarkeit“**

Die dringliche Aktualität der Thematik wird durch die zeitliche Dichte einiger markanter Publikationen aus ganz unterschiedlichen öffentlichen und wissenschaftlichen Bereichen unterstrichen: So weist der Bericht „European Restructuring Monitor (ERM) 2012“ der „European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions“ auf die im Gefüge der Finanzkrise erfolgten Restrukturierungen und ihre massiven negativen Einflüsse auf die Arbeitnehmer in Europa hin. Diese negativen Einflüsse bleiben nicht auf die Arbeitnehmer beschränkt, die ihren Job verloren haben, sondern sind teilweise noch ausgeprägter bei denjenigen, die ihre Arbeitsstelle behalten konnten. Bei diesen manifestiert sich das „Verschlanken“ des jeweiligen Betriebs in Formen der Arbeitsverdichtung und zunehmender Unsicherheit. Den zweiten Hinweis auf die brennende Aktualität der Übergriffigkeit der Arbeitswelt in Zeiten des Postfordismus liefert der Stressreport 2012, verantwortet von der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin. In der Summe der einzelnen Kapitel entfaltet diese Publikation ebenfalls Evidenz auf Evidenz dafür, dass die spätmoderne Arbeitswelt in Begriffen von Arbeitszeiten, Arbeitsverdichtungen und weiteren Attributen des Arbeitsvollzugs ihre tiefen Spuren in der Psyche und dem Körper vieler Beschäftigter hinterlässt (Brenscheidt/Beermann 2013; Köper 2013). Der achte Familienbericht „Zeit für Verantwortung“ (BMFSFJ 2012a) sowie dessen begleitende Expertisen (Becker-Stoll/Klös/Rainer/Tüsing 2012) ergänzen dies um die Sicht der Familien und Paare. „Zeitnot“ ist in diesem Bereich das übergreifende Stichwort (Jurczyk 2009; Klenner/Pfahl 2009). Und auch in der

---

<sup>1</sup> Das anlässlich des Offenen Familienforums 2013 in Nürnberg gehaltene, danach wesentlich überarbeitete Referat, geht aus dem Projektzusammenhang, dem gemeinsamen Nachdenken, Auswerten und Schreiben über „Entgrenzte Arbeit – entgrenzte Familie“ mit Karin Jurczyk, Michaela Schier, Peggy Szymenderski und G.G. Voß hervor. Bezüglich der zeitdiagnostischen Implikationen und der familiensoziologischen Reflexion profitiere ich vom Austausch mit Kurt Lüscher, Bern. Die Einbettung in Kontexte der Verunsicherung und andere zeitdiagnostische „Extensionen“ sollen dazu beitragen, die Debatte weiter voranzutreiben.

Bundeswehr ist dieser Diskurs angekommen, wie ein Blick in den aktuellen Report des Wehrbeauftragten augenscheinlich macht: „Die Anzahl der Eingaben, in denen die mangelnde Vereinbarkeit von Familie und Dienst beklagt wird, ist im Berichtsjahr erneut deutlich angestiegen. Vor allem jüngere Offiziere und Unteroffiziere mit Porteppee sehen sich betroffen.“ (Deutscher Bundestag 2013: 23ff). Und gerade ist ein Sachbuch mit dem sprechenden Titel „Die erschöpfte Gesellschaft“ (Grünewald 2013) erschienen; schon wesentlich früher hatte ein französischer Soziologe (Ehrenberg 2004) das erschöpfte Selbst identifiziert. Parallel dazu mobilisieren heute insbesondere Eltern aus dem gesamten intern differenzierten gesellschaftlichen Mittelschichtsegment ihre Bildungsanstrengungen, um ihren Kindern gute Startbedingungen in der Arbeitswelt zu sichern. Beides zusammengenommen generiert den Eindruck, dass die „Die erschöpfte Mitte“ (Heinze 2011) ebenso wie die in prekären sozioökonomischen Verhältnissen lebenden Menschen und vor allem ihre Kinder eines besonderen wissenschaftlichen und sozialpolitischen Blicks bedürfen, was ihre Bedürfnisse nach Erholung als auch nach Bildung im weitesten Sinne angeht.

Vor dieser Problemfolie soll folgenden Aspekten nachgespürt werden: Was steckt hinter dieser sich kumulierenden Befundlage einer „erschöpften Gesellschaft“ (Grünewald 2013), was steckt aber vor allem hinter den immer offensichtlicher werdenden Unzufriedenheiten der Beschäftigten in so unterschiedlichen Segmenten und Sektoren? Sind es nur neue Sensibilitäten, sollten wir nicht einfach „dankbar“ sein, dass wir überhaupt so viele Beschäftigte hierzulande haben und alles andere in Kauf nehmen? Welche Bedürfnisse nach Erholung und Bildung sind vor einer solchen Sicht der Dinge eigentlich identifizierbar?

Das vorliegende Papier versucht einige Antworten auf diese Frage anzudeuten. Zuerst muss zu diesem Zweck etwas näher beleuchtet werden, was sich in der Gesellschaft übergreifend und speziell in der Arbeitswelt tut und welche treibenden Faktoren hier wiederum am Werke sind. Dann geht es um die Frage, wie diese Umwälzungen in den Familien „ankommen“. Konzeptionell wichtig zur Begründung von sozialpolitischen Maßnahmen ist es aber auch zu klären, warum Familien überhaupt gemeinsame Zeiten

brauchen. Um dann Hinweise zu erarbeiten, was das alles speziell für die Erholungsbedürfnisse von Familien bedeutet, werden Ergebnisse aus der neueren arbeitspsychologischen Forschung zur „recovery from work“, also zur Erholungsforschung, eingebunden und Aspekte der neueren Bildungsdebatte angerissen. Eine Quintessenz wird sein, dass wir nicht alleine auf „den perfekten“ Urlaub setzen sollten, sondern dass auch der Alltag und die Wochenenden für die Familien besser planbar gemacht werden sollten und damit umfassender als bis jetzt als Erholungs- und Kreativressource genutzt werden können.

## **2). Zeitdiagnose Entgrenzung insbesondere solche des Arbeitens und Wirtschaftens**

### 2.1. Entgrenzung als übergreifende gesellschaftstheoretische Heuristik

Bezugspunkt in Anknüpfung an die Thematik auch des Offenen Forums Familie im Jahr 2012 ist im Folgenden eine Kennzeichnung der späten Moderne, die diese als von vielfältigen Prozessen der Entgrenzung geprägt sieht. Entgrenzung umschreibt dabei eine Menge gesellschaftlicher Entwicklungen, die auch auf lebensweltliche Kontexte, wie Familie, aber auch auf übergreifende Systeme, wie Kultur angewendet werden kann. Entgrenzung umschreibt auf einer generellen Ebene (Böhnisch/Funk 2013; Gottschall/Voß 2003, Jurczyk/Schier/Szymenderski/Lange/Voß 2009) die Problematisierung und Fragilität struktureller gesellschaftlicher Grenzziehungen und des persönlichen Lebens, die in der Hochmoderne konstitutiv waren und die Normalitätsfolien bereitstellten.

Durch diese Perspektive sollen Aspekte einer forcierten Modernisierung von westlichen Gesellschaften im Übergang zum 21. Jahrhundert, gewissermaßen zur „späten Moderne“ (Heaphy 2007), näher beleuchtet werden. In vielen unterschiedlichen sozialen Feldern der Gesellschaft wurde dabei festgestellt, dass nicht alleine nationale und politischen bzw. nationalökonomischen Grenzen im Rahmen der Globalisierung zumindest einen Teil ihrer Bedeutung verloren haben (Pries 2008), sondern dass eine Reihe weiterer kulturell normalisierte „Grenzziehungen“ nicht mehr unumstritten sind. Es geht insgesamt um die Behauptung, dass der soziale Wandel vermittels dieser Entgrenzungen eine neue Qualität aufweist. In einer ähnlichen

Annäherung spricht man auch von der Ablösung des kompakten Gesellschaftsmodells des Fordismus durch den „Postfordismus“ (Busch/Land 2012). Damit ist gesagt, dass sowohl Entwicklungen im gesamten Erwerbs- und Arbeitsbereich als auch in weiteren gesellschaftlichen Systemen und auf der Ebene der Individuen durch veränderte Grenzziehungen gekennzeichnet sind.

Die hiermit angesprochenen Fragmentierungen werden also (s. Gottschall/Voß 2003) für ein breites Spektrum Phänomene notiert:

- die Abgrenzungen zwischen Geschlechts- und Rollenidentitäten, sowie generell die Umrisse fester personaler Identitäten (Keupp 2012);
- die eindeutige Zuordnung von Menschen zu Alters- und Generationslagen (Böhnisch/Funk 2013);
- - die verstärkt in Frage gestellte feste Verteilung von Funktionen in Betrieben und Organisationen (horizontal wie vertikal) (Kratzer 2003);
- die scharfe Abgrenzung von Organisationen gegenüber ihren vor- und nachgelagerten Umwelten (Hirsch-Kreinsen 2009);
- die in der Hochmoderne als Begrenzung von sozialen Folgen der Wirtschaftsdynamik wirkenden arbeits- und sozialrechtlichen Regulierungen von Arbeit und Beschäftigung als Teil einer umfassenden Deregulierung im Neoliberalismus (Streeck 2013 54ff);
- sowie Abgrenzungen zwischen bis dahin für eindeutig gehaltenen sozialen Schichten, Klassen, Milieus oder Lebensstilen usw. (s. Herlyn/Müske/Schönberger/Sutter 2009).

## 2.2. Entgrenzungen des Arbeitens und Wirtschaftens und ihre Konsequenzen für die alltägliche Lebensführung

Am häufigsten findet sich der Begriff vor allem in der arbeits- und industriesoziologischen Forschung und parallel dazu in den Debatten um die Vereinbarkeit bzw. der „work-life-balance“ (Oechsle 2008). Hintergrund ist der Umbruch des tayloristisch-fordistischen Produktionsregimes seit etwa Ende der 1970er Jahre und der mit ihm verbundene Wandel von Unternehmensstrukturen und Arbeitsformen und die sie rahmenden gesellschaftlich-politischen Bedingungen

(Busch/Land 2012; Hirsch-Kreinsen 2009). Was kennzeichnete dieses als Vergleichsfolie herangezogene tayloristisch-fordistische Produktionsparadigma mit seinem Höhepunkt der Realisierung in den 1960er Jahren? Zentralisierung, Spezialisierung und Standardisierung prägten die industrielle Arbeit des Wohlstandskapitalismus in Zeiten der „zweiten industriellen Revolution“, die auch den Treiber des Wohlstandskapitalismus und der Expansion des Wohlfahrtsstaates abgaben (Ebert 2012; Lessenich 2012).

Eine zusammenfassende Darstellung von von Streit (2011: 24) vermag den Gesamtzusammenhang sehr deutlich vor Augen zu führen:

„Merkmale fordistisch-tayloristischer Normalarbeit

- Unbefristete Vollbeschäftigung als normativ und strukturell dominierende Beschäftigungsform, die institutionell abgesichert ist;
- Standardisierte und individuell invariable zeitliche Grenzen zwischen Erwerbsarbeit und anderen Lebensbereichen, die kollektiv gültig sind;
- Bindung von Arbeit an den Betrieb und damit eine räumliche Trennung von Produktion und Reproduktion;
- Weitgehende Festlegung der Leistungsbewertung und Entgeltbemessung;
- Betriebe sind bestrebt, die Arbeitskraft im Rahmen rationalbürokratischer Betriebsorganisation zu objektivieren und austauschbar zu machen.;
- dominierender (und diskriminierender) Arbeitsbegriff, der auf die bezahlte Erwerbsarbeit begrenzt ist, und der Reproduktionsarbeit und Freizeit einen anderen Stellenwert zumisst und eine andere Entwicklungslogik zuschreibt;
- die Organisationsform von Arbeit wird durch spezifisch arbeits- und sozialrechtliche Bestimmungen institutionell stabilisiert.“

Übereinstimmung herrscht vor dieser idealtypisch stilisierten Referenzfolie nun darin, dass mit dem Begriff der Entgrenzung keineswegs nur eine generelle Auflösung existierender Strukturen und Regelungsformen gemeint sein kann. Vielmehr werden immer wieder auch Grenzen der Entgrenzung historisch gewachsener Produktionsstrukturen aufgezeigt, die sich aus den Regelungserfordernissen sozialer

Institutionen ergeben. Stellenwert, Reichweite und den Formen neuer Grenzen werden kontrovers diskutiert. Und es wird darauf hingewiesen (Nies/Sauer 2012), dass neben den neuen Produktionsformen, auf die gleich einzugehen sein wird, auch längst überwunden geglaubte, durch Monotonie und körperliche Schwerstarbeit kennzeichenbare Bereiche weiter existieren bzw. neu auftauchen. Man hat es also mit einer Mischung alter und neuer Strukturen zu tun, wenn man sich auf die Ebene der Konsequenzen für die Erwerbstätigen, Partner und Partnerinnen sowie weiterer Bezugspersonen begibt.

Festzuhalten bleibt trotz dieser differenzierenden Bemerkungen zur aktuellen Lage: Die Krise des gerade ausführlich listenartig behandelten fordistischen Produktionsregimes in den 60er und 70er Jahren wurde auf breiter Fläche beantwortet durch einen Übergang von der standardisierten Massenproduktion zur flexiblen Produktion (Ebert 2012; Streeck 2013). Parallel dazu kam es zu einem Bedeutungszugewinn von symbolischen und emotionalen „Gütern“ (Hochschild 2012) und einer steigende Bedeutung von Wissen für den gesamten Produktionsprozess (Stehr 2001). Unterstützt und ermöglicht wurde dieser Umschwung seinerseits durch neue Kommunikationstechnologien und die Informatisierung der Arbeitswelt (Boes 2012, Bunz 2012). Dies alles führt auch schon zu einer ersten Folgerung im Hinblick auf unser Erholungsthema: Die mit der Symbolisierung und Entmaterialisierung der Arbeit verbundenen Prozesse der mentalen Über- und körperliche Unter- und Falschbeanspruchung durch die Entgnerzung von Kommunikation markieren schon eine Anforderung an die Überlegungen zur Gestaltung von Erholungsbedingungen - auch mit Blick auf die von Kindern und Jugendlichen in Schulen abverlangten Leistungen und Körperdisziplinierungen!

Zurück zu den konkreten Entwicklungen in der Erwerbsswelt. Sie bewirkten u.a. zum ersten eine umfassende Internationalisierung und Transnationalisierung von Güter- und Produktmärkten. Zweitens und von den Konsequenzen her wohl am mächtigsten zu nennen ist die Bedeutungszunahme und Steuerungsmacht des Finanz- und Kapitalmarkts (Kädtler 2013). Ganz konkret bedeutet dies, dass die Realökonomie der Unternehmen immer mehr in den Hintergrund gerät. Sie wird bloßes Mittel der

Erzielung hoher Renditen. In der Konsequenz resultiert daraus, und jetzt kommen wir den Familienverhältnisse schon sehr nahe, ein permanenter Kosten- und Effizienzdruck in allen Bereichen von Unternehmen und anderen Organisationen. Kennzahlen als solche werden zu Leitlinien unternehmerischer und gesellschaftlicher Entscheidungen, die Herrschaft der Zahlen nimmt in ungeahntem Ausmaß zu und bestimmt auch zusehends das Schicksal der Erwerbstätigen. Auch die Arbeitskraft selbst, und zwar in allen Bereichen des Betriebs oder der Verwaltung, wird zunehmend unter diesen Vorzeichen betrachtet.

Was heißt dies nun alles für die Formen der Erwerbstätigkeit und die Bedeutung von Erwerbstätigkeit für die Beschäftigten, für die Mütter und Väter? Auch hier wiederum lautet die Generaldiagnose Ambivalenz und Ungleichzeitigkeit: Zusammengefasst bedingen Prozesse der Entgrenzung des Wirtschafts- und Arbeitssystems nämlich, dass gegenüber dem Vergleichszeitraum der 60er bis 80er Jahre des letzten Jahrhunderts der relative Anteil von Arbeitsplätzen mit den Merkmalen Autonomie und Komplexität der Anforderungen gestiegen ist – verknüpft mit jeweils spezifischen Mischungen von Vor- und Nachteilen. Daneben dürfen wir allerdings nicht vergessen, dass es auch noch einen erheblichen Anteil von Arbeitsplätzen gibt, die mit den Merkmalen Monotonie und Fremdbestimmung verbunden sind. Aber: Der „Unternehmer seiner selbst“ wird immer mehr zur Leitfigur (Bröckling 2007).

Damit hat sich insgesamt die Qualität von Arbeitsanforderungen mit Blick auf das Subjekt verändert. Wir beobachten einen neuen, intensivierten Zugriff auf die subjektiven Potenziale der Erwerbstätigen. Man spricht von einer Subjektivierung der Arbeit (s. Voß/Weiss 2009). Dabei geht es zuerst darum, dass erwerbstätige Personen ihre subjektiven Potenziale mehr als bisher systematisch in die Arbeitsprozesse integrieren müssen. Kreativität, Verantwortlichkeit, Emotionalität und Innovativität sind von den Personen mehr als bisher einzubringen. Mit den erweiterten Handlungsspielräumen steigen auch die Anforderungen an die Beschäftigten. Dabei ist an dieser Stelle an den unter kapitalistischen Bedingungen grundsätzlich fremd bestimmten Charakter der Arbeit zu erinnern (Nies/Sauer 2012: 47ff). Ein Mehr an Arbeitsautonomie bedeutet unter diesen Bedingungen immer auch „mehr Druck“, z.B.

was Termine und Kundenwünsche angeht (Junghanns 2013). Aus Unternehmenssicht ist zwar „Eigenregie“ erwünscht, „Eigensinnigkeit“ wird jedoch nur begrenzt toleriert. So sollen sich beispielsweise Arbeitsgruppen selbst organisieren, aber die Selbstorganisation bleibt immer auf von außen vorgegebene Ziele beschränkt, da sie Element einer übergreifenden Organisation sind. Subjektivierung zielt mithin auf einen Abgleich der divergenten Interessen von Kapitalverwertung und Arbeitskraftinteressen durch die Arbeitskräfte selbst — ein prekäres und paradoxes Unterfangen. Die Beschäftigten müssen selbst die Widersprüche zwischen den „gierigen“ Vorgaben der Kennzahlen der marktzentrierten Steuerung und der begrenzten Ressourcen des Arbeitsprozesses, auch diejenigen zwischen Kunden- und Unternehmensanforderungen, zwischen Qualitäts- und Rentabilitätsanforderungen bearbeiten. Dies gelingt ihnen aber erstens nur, indem sie ihre subjektiven Ressourcen und Potenziale mobilisieren — dies ist in der Subjektivierungsdebatte breit erforscht. Zweitens aber gelingt dies nur, wenn die Beschäftigten sich eben nicht ausschließlich an den Marktkennzahlen orientieren, sondern ihre arbeitsinhaltlichen Orientierungen wie Qualität, Präzision, Eingehen auf Kundenwünsche durchsetzen. Das Unternehmen greift also zwangsläufig immer auch auf die intrinsische Motivation und inhaltliche Identifikation der Beschäftigten, also auf ihren „Produzentenstolz“ mit ihrer Arbeit zurück. Dadurch wird das Thema soziale Ungleichheit auf eine neue Weise in die Betriebe hineingetragen: „Die erweiterten Anforderungen der Organisationen an die Subjektivität der Arbeitenden und die Erfordernisse der Arbeit am Selbst machen Persönlichkeitseigenschaften und ‚Selbstmanagement‘ in verstärktem Maße zu einem Mechanismus sozialer Ungleichheit, weil Organisationen ihre Beschäftigten hiernach rekrutieren und Aufstiegsmöglichkeiten nicht zuletzt hiervon abhängig sind. Mangelnde habituelle und subjektive Anpassung und Selbstreflexion können Prozesse der Exklusion befördern ...“ (Voswinkel 2012: 311).

Der Umgang mit diesen Zwiespältigkeiten zwischen erweiterten subjektiven Möglichkeiten der Arbeitsgestaltung und neuen Überforderungspotenzialen alleine sind schon anstrengend und belastend genug. Es haben sich im engen Kopplungs- und Austauschverhältnis weitere Merkmale des Arbeitens und des Arbeitsumfeldes grundlegend verändert: Im Vergleich mit den Zeiten des Fordismus der 60er Jahre sind



mehr Menschen von unregelmäßigeren Arbeitszeiten betroffen, bestimmte Segmente der Bevölkerungen sind mit überlangen Arbeitszeiten konfrontiert. Dies hat in der Regel der Fälle negative Konsequenzen, nicht nur auf der Ebene der Gesundheit der Betroffenen, sondern auch im Umfeld der Betroffenen (Brenscheidt/Beermann 2013).

Gerade bei der Abkoppelung von fest vorgegebenen Zeiten kann oftmals Erwerbsarbeit und Privatleben nicht mehr getrennt werden. (Moosbrugger 2008). Neue Kommunikationstechnologien verstärken diesen Trend und reduzieren nach neueren Ergebnissen der Arbeitspsychologie maßgeblich die Erholungsfähigkeit in der Freizeit (Derks/Brummelhuis/Zecic/Bakker 2012)

Nicht unerwähnt bleiben an dieser Stelle dürfen schließlich die Tendenzen der Prekarisierung von Arbeit. Dieses Unsicherwerden von Erwerbsarbeit betrifft zwar vor allem die jüngere Generation, die auf den Arbeitsmarkt drängt, ist aber ebenso für viele Beschäftigte in den mittleren und älteren Jahrgängen eine massive Beeinträchtigung der Lebensführung und Lebensperspektive. Das hängt mit den parallel zu den postfordistischen Entgrenzungen des Arbeitsprozesses einsetzenden neuen Tendenzen eines neuen sozialpolitischen Zugriffs auf den „adult worker“ zusammen: „Gerade in dem Moment, in dem die Erwerbsarbeit für das eigene Selbstverständnis und die soziale Position des Einzelnen immer zentraler wird, bleibt einer steigenden Zahl von Menschen in unserer Gesellschaft die Möglichkeit eines stabilen und befriedigenden Zugangs zu dieser verwehrt. Die in der Arbeitswelt um sich greifende Prekarisierung erschwert einerseits den Zugang zu Erwerbsarbeit für verschiedene Bevölkerungsgruppen, andererseits wird aber zugleich arbeitsmarktpolitisch deren Arbeitsmarktintegration unter Inkaufnahme des Abbaus sozialer Rechte vehement gefordert. (...) Trotz permanenter ‚Wiedereingliederung‘ gelingt den meisten der Sprung in ein dauerhaftes, existenzsicherndes Beschäftigungsverhältnis nicht.“ (Scherschel/Streckeisen/Kern 2012: 8).

### **3). Die neuen widersprüchlichen und belastenden Arbeitsbedingungen treffen auf eine ebenfalls sich entgrenzende Familienkonfiguration**

Diese Heterogenität und neuen widersprüchliche Qualität von Arbeitsbedingungen trifft nun auf „die Familie“, die sich selbst in einer Art Entgrenzungsprozess befindet- vergleicht man sie mit der „Normalitätsfolie“ von Familie im „golden age of marriage and the family“. Erstens vervielfältigen und dynamisieren sie ihre „Morphologien“. So nahmen allein von 1996 bis 2007 die „alternativen“ Familienformen – dazu zählen Alleinerziehende, nichteheliche und gleichgeschlechtliche Lebensgemeinschaften mit Kindern – insbesondere in Westdeutschland deutlich (40%) zu, beispielsweise ging die Zahl der Ehepaare dort um 10% zurück (Statistisches Bundesamt 2008, S. 6). Dies ist ebenfalls verbunden mit einem Anstieg der Lebensformenwechsel im Lebensverlauf. Man springt von einer nichtehelichen Lebensgemeinschaft mit Kind in eine Ehe, lässt sich scheiden etc. Auch gibt es mehr Lebensformen des ‚living apart together‘, z.B. in Form der aufgrund beruflicher Mobilität (Ruppenthal/Lück 2009) häufiger auftretenden etablierten Pendelbeziehungen (Schier 2009), die aber in Statistiken bislang kaum präzise erfasst werden. Steigender Scheidungsraten, von denen auch immer mehr Kinder betroffen sind, im Verbund mit einer hohen Quote der Wiedervereinigung, lassen komplexe Familienkonstellationen, die sog. Patchworkfamilien (Sieder 2009) entstehen. Vor dem Hintergrund neuer Sorgerechtsregelungen bleiben Väter vermehrt „aktive Väter“, auch wenn die Beziehung zur Partnerin endet. Im Anschluss an eine Trennung der Eltern wird also auch das Familienleben zunehmend multilokal (Schier 2009). Zudem verändern sich auch die familialen Handlungsmodi vom Befehls- zum Verhandlungshaushalt; auch vervielfältigen sich die individuellen Zeitraumpfade aufgrund des breiten Interessen- und Aktivitätsspektrums von Kindern, Jugendlichen, Eltern und Paaren etwa bei Erholung, Sport und Bildung (Peuckert 2013).

### **4). Wozu brauchen Familien Zeit? Nur für sich? Nein! Auch die Gesellschaft hat etwas davon!**

Eine der wichtigsten Einsichten der Familienwissenschaften und nachfolgend der Familienpolitik besteht in jüngerer Zeit in der Anerkennung der Bedeutung von genügend Zeit für familiale Interaktionen und in der Bedeutung der autonomen

Verfügung über Zeit (Becker-Stoll/Klös/Rainer/Tüsing 2012). Dabei spielen institutionelle Rahmenbedingungen eine große Rolle und begründen eine umfassende, auf mehrere Ebenen zielende Zeitpolitik (Heitkötter 2009): Im Rahmen der zentrifugalen Tendenzen postmodernen Familienlebens ist die Koordination der individuellen Zeitpfade der Familienmitglieder zu einer gemeinsamen Lebensführung (Schier/Jurczyk 2007) nur dann möglich, wenn es ein Grundgerüst vorab festgelegter und stabiler zeitlicher Eckpunkte gibt. Ko-Präsenz ist auch in Zeiten der durch Kommunikationstechnologien verbundenen Familie (Christensen 2009) wichtig für die Basis und Qualität der familialen Leistungserbringung, die von der Haushaltsführung über Bildung hin zur Pflege reicht. Die immer nachgefragteren Leistungen der Familie für die Gesellschaft brauchen Verlässlichkeit und Autonomie. Dann kann die Familie einen wesentlichen Beitrag zur Bildung des Humanvermögens einer Gesellschaft leisten. „Die Bildung des Humanvermögens beinhaltet maßgeblich die Aneignung von Daseinskompetenzen, also von allgemeinen Fähigkeiten, sich in der Welt zurechtzufinden, mit anderen Menschen umzugehen, somit soziale Beziehungen zu gestalten. Dies ist für den Einzelnen bedeutsam und bildet zugleich die Voraussetzungen dafür, dass in einer Gesellschaft wirtschaftliches, soziales und kulturelles Handeln überhaupt möglich ist (Lüscher 2009: 276). Ist allerdings die gemeinsame Familienzeit für viele Familien einer Gesellschaft durch Außeneinflüsse in ihrer erlebten und gefühlten Qualität defizitär, dann sind nicht nur die einzelnen Familienmitglieder und Familiensysteme davon beeinträchtigt, sondern die gesamte Gesellschaft setzt dann ihre „Reproduktion“ aufs Spiel (Jürgens 2006, 2010).

Welche positiven Effekte demgegenüber gemeinsame Familienzeiten haben können, soll an einer aktuellen und methodisch interessanten amerikanischen Studie verdeutlicht werden. Sie zeigt auf, dass auch Jugendliche entgegen populärer Rhetoriken von Familienzeiten profitieren. Offer (2013) berichtet aus einer aufwändigen Forschungsarbeit, bei der neben den üblichen Fragebogendaten auch sogenannte Erlebnisdaten gesammelt wurden. D.h., hier wurden Jugendliche gebeten, auf ein SMS-Signal hin ihre Befindlichkeit auf verschiedenen Dimensionen zu schildern. Dies wurde korreliert mit den jeweiligen Verhalten und Verhaltenspartnern. Es handelt sich dabei um 11-18 Jahre alte amerikanische Teenager von Eltern, die

beide erwerbstätig sind. Um wirklich auf die Relevanz der jeweiligen Verhaltenspartner und den mit ihnen geteilten Zeiten schließen zu können, wurde die Qualität der Familienbeziehungen etc. kontrolliert.

Was ergeben sich hier für Befunde? Erstens, wie erwartet und wenig spektakulär, liegen die gemeinsamen Familienzeiten primär an den Wochenenden. Zweitens zeigt sich, dass gemeinsame Mahlzeiten mit der Familie von den Mädchen und Jungs mit positivem Wohlbefinden einhergehen; ein Befund der durch eine Reihe anderer Studien gestützt wird. Allzu oft wird so getan, als ob Jugendliche gar nichts mehr mit Familie am Hut haben. Ein krasses Fehlurteil!

Die so genannte produktive, d.h. schulbezogene Zeit, geht hingegen mit negativen Gefühlen einher. Hausaufgabenkontrolle etc. ist für die Jugendlichen belastete Familienzeit. Auch hier haben wir Befunde, auch aus Deutschland, die zeigen, dass Jugendliche eine andere Form der Auseinandersetzung mit Bildungsfragen mit ihren Eltern präferieren als das platte Hausaufgabenkontrollieren oder Ähnliches. Drittes Ergebnis: auch die gemeinsame Freizeit mit den Eltern trägt zum Wohlbefinden der Kids bei. Auch das ist ein wichtiger Befund im Hinblick auf die Gestaltung von Familienzeiten. Zusammenfassend wird aus den Ergebnissen abgeleitet: „They suggest that, to improve children’s emotional well-being, working parents should have more opportunities to engage in leisure activities and, especially for fathers, eat meals with their children.“ (Offer 2013: 39).

Gemeinsame Familienzeit ist aber nicht gut für das Wohlbefinden. Wir wissen darüber hinaus aus einer Fülle von anderen Studien, dass gemeinsame Familienzeiten im Alltag, am Wochenende und in den Ferien wichtige Gelegenheiten für höherwertige familiäre Bildungsepisoden darstellen. Familien brauchen also zusammengefasst diese Vielfalt von Zeiten auch, um die Bildungsprozesse von Kinder, Jugendlichen und Eltern zu fördern (Krinninger/Müller 2012).

##### **5). Wie sieht die Lage der Zeit in den Familien aus?**

Nachdem nun die Tendenzen der arbeitsweltlichen Entgrenzung umschrieben worden, die Bedarfe von Familien an bestimmten Zeiten und Räumen sowie die positiven Effekte bestimmter gemeinsamer Zeiten umrissen worden sind, gilt es sich zu vergewissern, wie die tatsächliche Zeitverhältnisse von Familien unter Bedingungen je unterschiedlich entgrenzter Bedingungen sind. Begonnen wird dabei mit den Kindern und Jugendlichen. Entgegen kulturkritischer Szenarios sind ihre Freizeitstundenpläne nicht so voll, wie dies oft kolportiert wird. Allerdings tragen die neuen Bildungsbedingungen wie G8 und Ganztagschule auch dazu bei, dass der ein oder andere Jugendliche „Vereinbarkeitsprobleme“ haben kann. Bildung ist zu einer vielversprechenden, aber ambivalenten Option für die nachwachsende Generation geworden (BMFSFJ 2013: 158ff). Dies wird forciert durch die trommelfeuerartig verbreitete Botschaft, dass man heute gute Noten und einen höherwertigen Abschluss braucht, um im Leben reüssieren zu können. Besonders in den oberen Segmenten der Mittelschicht führt dies zu gezielten Abgrenzungsbemühungen im Bereich Bildung, z.B. die verstärkte zusätzliche Förderung durch spezielle Kurse und durch das Abwandern vom öffentlichen in das private Schulsystem (Henry-Huthmacher/Bochard 2008; Koppetsch 2013)

Damit haben wir uns schon den Eltern und der Familie als System zugewandt: Die Forschungslandschaft insgesamt sowie ein von der Hans-Böckler-Stiftung gefördertes Projekt am DJI zu erwerbstätigen Eltern in der Filmindustrie und im Einzelhandel (Jurczyk/Schier/Szymenderski/Lange/Voß 2009) lassen sich mit Blick auf die Konsequenzen für die zeitlich-räumliche Gestaltung von Familien wie folgt zusammenfassen:

Erstens ist eine übergreifende intensiv gefühlte Zeitnot von Familien und einzelnen Familienmitgliedern unisono in der deutschen wie internationalen Forschungsliteratur festzustellen (s. Jurczyk 2009, Lange 2012). Besonders betroffen davon sind erwerbstätige Mütter und Väter. Die erlebte Zeitnot führt aber nicht dazu, dass Eltern sich im Vergleich mit denjenigen der 60er und 70er Jahre weniger um ihren Nachwuchs kümmern. Vielmehr schränken sie dafür persönliche Zeit und Freizeit ein. Das gilt mit besonderer Prägnanz für die gebildeten Eltern, die um die Relevanz von

„Qualitätszeit“ für die Entwicklung ihrer Kinder wissen. Erlebte Zeitnot steht dabei in enger Korrespondenz mit Wünschen nach Arbeitszeitreduktionen bei den viel arbeitenden Vätern und Arbeitszeitausweitung bei den weniger beschäftigten Müttern bei gleichzeitiger hoher Erwerbsmotivation und „Subjektivierung“. Sie steht in Korrelation zum Wunsch nach mehr gemeinsamer Zeit und sie drückt eine große Unzufriedenheit mit den entsprechenden Angeboten von Staat und Arbeitgebern aus:

a) So geben im aktuellen Familienreport 2012 (BMFSFJ 2012b: 81) 56% der beschäftigten Eltern an, dass ihr Betrieb zu wenig Rücksicht auf ihre zeitlichen Bedürfnisse nimmt: „Vor allem vollzeitberufstätige Mütter haben Schwierigkeiten: Hier sind es sogar zwei Drittel, die sagen, dass der Betrieb keine Rücksicht nimmt. Tendenziell kommen dabei allerdings größere Betriebe den Zeitbedürfnissen von Müttern stärker entgegen als kleinere Betriebe. „

b) Eine Analyse des Ravensburger Elternsurveys bezüglich der Zustimmung zu den drei ausgewählten Bereichen der Familienpolitik: Zeit, Geld, Infrastruktur belegt eindrücklich, dass die größte allgemeine Zustimmung aller Eltern den Maßnahmen der Zeitpolitik gilt (Muschalik/Peter/Spieß 2011: 157).

Weiteren Aufschluss über den spezifischen Einfluss der Arbeitsbedingungen erlauben dann qualitative Tiefensondierungen. So konnte in der schon erwähnten Untersuchung von Filmschaffenden und im Einzelhandel tätigen Personen folgendes Ergebnismuster festgehalten werden (Jurczyk/Schier/Szymenderski/Lange/Voß 2009), welches hier um weitere Forschungsergebnisse ergänzt wird:

Da der Dienstschluss oder freie Tage nur schwer voraussehbar und Veränderungen des Dienstplans üblich sind, wie das in vielen Sparten personenbezogener Dienstleistungen und beispielsweise auch in Teilen des Militärs der Fall ist, verlangt dies erstens eine hohe Flexibilität und Umschaltfähigkeit aller Familienmitglieder. Die Planung von Aktivitäten, das gemeinsame Abendessen oder das Vorlesen der Gute-Nacht-Geschichte erfolgt unter dem Vorbehalt "falls nichts dazwischen kommt". Dabei sind aber gerade solche Routinen und Rituale wichtige Grundlagen für Familienkohäsion

und das Wohlbefinden. So ergab eine amerikanische Untersuchung (Jacob 2008), dass bei statistischer Kontrolle der Stundenanzahl diejenigen Familien weniger von langen Arbeitszeiten negativ beeinflusst wurden, die gemeinsam zu Abend essen konnten als diejenigen, bei denen die Arbeitszeit vermehrt das gemeinsame Abendessen verhinderte. Umgekehrt betrachtet wurde der Konflikt zwischen Arbeits- und Familienwelt signifikant für diejenigen reduziert, die nicht auf die Hauptmahlzeiten im Kreise ihrer Familie verzichten mussten. Eine australische Studie zur „compressed work week“ an vier Standorten zeigt dies bekräftigend, dass der Übergang von einer Sechs-Tage-Woche zu einer Fünf-Tage-Woche, bei gleicher Stundenanzahl, bei den Familien mit vermehrten gemeinsamen Unternehmungen am Wochenende und erhöhter Zufriedenheit einherging (Brown/Bradley/Lingard/Townsend/Ling 2011).

Erwerbsbedingte raum-zeitliche Entgrenzungsprozesse durch länger andauernde Abwesenheiten des Erwerbsbereichs bringen es zweitens mit sich, dass Familienleben sich oft in den Zeitlücken der Erwerbsarbeit abspielt, variierend mit dem jeweiligen Berufsfeld und der Art des Beschäftigungsverhältnisses. Unterschiedliche Möglichkeiten werden daher für die gemeinsame familiäre Lebensführung zu nutzen gesucht.

Unsicherheiten entstehen überdies drittens aufgrund der zunehmenden Flexibilisierung von Arbeitszeiten, z.B. bei Teilzeitarbeit, die in Lage und Dauer stark variiert, wie es im Einzelhandel üblich ist. Die Beschäftigten haben wenig Einfluss auf ihre Arbeitszeitpläne, ihre Arbeitseinsätze sind häufig sehr kurzfristig, ohne feste Rhythmen und sind damit wenig planbar. Die Arbeitszeiten unterscheiden sich manchmal von Tag zu Tag. Dies führt zu einer Zerstückelung des familialen Alltags. Familienleben muss oft gleichsam "auf Knopfdruck", in verdichtetem Takt und großer Intensität stattfinden, wenn gerade Zeit dafür ist. Die häufig spontan entstehende freie Zeit kann jedoch nicht immer für eigene oder familiäre Belange genutzt werden, Synchronisationsprobleme der Zeiten und Bedürfnisse in Familien sind keine Seltenheit.

Eine weitere Form von Zeitproblemen ergibt viertens sich bei projektförmig organisierter Arbeit, wie sie zum Beispiel für die in der eigenen Studie untersuchten Filmschaffenden üblich ist, die auf die Dauer einer Filmproduktion befristet beschäftigt sind (Marrs 2007). Projektförmige Arbeit wird aber insgesamt immer prägender für die Erwerbswelt (Koppetsch 2013). Aufgrund des permanenten Wechsels von Phasen der starken Eingebundenheit in Arbeit, in denen keine oder kaum Zeit für Familie bleibt, mit längeren Phasen, in denen nicht gearbeitet wird, findet hier Familienleben in verdichteten Phasen statt. Durch besonders intensives Leben von Familie in den arbeitsfreien Phasen wird in diesen Fällen häufig versucht, die vorangegangenen Zeiten des Alleinseins, ohne direkte familiäre Kontakte im Modus der Ko-Präsenz zu kompensieren: ein Phänomen, dessen Ambivalenzen von Gergen (1991) treffend als „Mikrowellenbeziehung“ in der postmodernen Familie charakterisiert worden sind. Die zum Teil Wochen andauernden Nichtarbeitsphasen werden so insbesondere von Vätern als positiv erlebt, weil es ihnen ermöglicht, Zeit mit ihrer Familie zu verbringen, die sie in einem Normalarbeitsverhältnis nicht hätten. Allerdings birgt das Aufschieben von Familie auch Enttäuschungspotential, denn Familienleben lässt sich nicht uneingeschränkt nachholen und die Erwartungsspiralen, die sich in Zeiten des Nichtkontakts aufbauen, können sich zu stark hochschrauben.

Auch wenn, so ein weiteres Ergebnis der Studie (Jurczyk/Schier/Szymenderski/Lange/Voß 2009), die Akteure dem nicht hilflos ausgeliefert sind, sondern mit einer Vielzahl von Strategien versuchen, der Vereinnahmung durch die Erwerbsarbeit entgegenzuwirken, führen doch die Entgrenzungen insgesamt zu Zeit-, Energie- und Aufmerksamkeitskonkurrenzen. Diese können eine Beteiligung am Familienleben erschweren und damit die Herstellungsleistungen der Familien beeinträchtigen. Eltern sind, und dazu mehrten sich die Befunde auch aus weiteren Studien (Lutz 2012), häufig so erschöpft, dass sie weder zum eher pragmatischen Vereinbarkeitsmanagement, noch weniger aber zur Konstruktion von Gemeinsamkeit beitragen können. Das wiederum schlägt zurück auf die Reproduktionsbedingungen der gesamten Gesellschaft (Jürgens 2010). Es gibt also in der postmodern entgrenzten Gesellschaft eine Vielzahl von Gründen, Familien spezielle Erholungs- und Bildungsgelegenheiten zu offerieren.



## **6). Konsequenzen für die Gestaltung von Angeboten**

Was folgt daraus für die Gestaltung von Familienzeiten und Familienerholungszeiten? Erstens muss dafür plädiert werden, für das Familienleben so viele wie mögliche längere gemeinsame Zeitblöcke zu ermöglichen, um die oben herausgearbeiteten positiven Effekte in Sachen Wohlbefinden, Erholung und Bildungsgelegenheiten zu ermöglichen.

Diese Zeitblöcke sind zweitens so weit wie möglich in die normalen Werkwochen zu integrieren. Die Hoffnung auf „die große Erholung“ durch den einen tollen Urlaub ist zu relativieren. Neuere Untersuchungen zeigen, dass zwar während des Urlaubs hochgradige Erholungseffekte auf vielen Dimensionen wie Ausgeruhtheit und Energetisierung festzustellen sind. Diese Effekte sind aber schon nach zwei bis drei Tagen „aufgebraucht“ (de Bloom/Geerts/ u.a. 2010).

Drittens ist es grundlegend, dass die Zugriffe der Arbeitswelt auf die familialen Erholungsinseln auf das Notwendigste begrenzt werden. Die „recovery of work“-Forschung, also Arbeiten zur Frage, wie sich die Gestaltung der freien Zeit auf die Erholung und Gesundheit auswirkt, hat deutlich zeigen können (Fritz/Sonntag 2010): Nur wenn die Erholungszeit ohne Grübeln über die Arbeitsbelastung, mit Erfahrungen der Entspannung, der Freude an anderen Tätigkeiten und mit dem Gefühl, weg von den Arbeitsbelastungen zu sein, einhergeht, sind wirkliche Erholungseffekte nachweisbar. Die ständige Erreichbarkeit durch Handy oder das Blackberry oder der Laptop als ständige Nabelschnur zum Unternehmen oder zu sonstigen Arbeitsplätzen im Sinne einer Erwartung sind auf das Notwendigste zu reduzieren (Deerks u.a. 2012). Ebensolches gilt für die Kinder und Jugendlichen. Direkt schulbezogene Anforderungen sind nur in Ausnahmefällen zugelassen.

Viertens müssen längere Familienurlaube folgenden Anforderungen genügen. Sie müssen a) langfristig einpassbar sein in Schul- und Arbeitszeiten. Sie müssen b) von ihrem räumlichen und inhaltlichen Arrangements dem Systemcharakter von Familie Rechnung tragen. D.h. es müssen autonome Möglichkeiten für die Familienmitglieder

als Individuen vorhanden sein, für das Paar sowie die Familie als Ganzheit. Sie müssen c) auf die dargestellten Belastungsprofile hin kalibriert sein. Wissens- und Emotionsarbeit, hohe mentale Belastungen bei Kindern wie bei Eltern, müssen beantwortet werden mit „Gegenreizen“, mit Möglichkeiten zum Ausklinken, zur körperlichen Aktivität.

Fünftens muss den lebensaltersspezifischen Bedürfnissen der unterschiedlichen Familiengenerationen Rechnung getragen werden.

Sechstens muss den oben entfalteteten Bildungsbedürfnissen entgegengekommen werden. Bei allem Wissen um die „Schädlichkeit“ direkter schulbezogener Aktivitäten sollten Anregungen zur Vertiefung bestimmter Kompetenzen, zur Lektüre, zum Kunst- und Kulturumgang, vorgehalten werden.

Siebtens sollte daher besonderer Raum für die besondere Bildungspotenz familialer Bildungsepisoden geschaffen werden.

Achtens sollte darauf geachtet werden, dass ein vernünftiger und nachhaltiger Übergang von der Familienfreizeit in das Anforderungsspektrum von Betrieb, Schule und anderen Anforderungen gewährleistet ist.

Neuntens sollte von den Familien selbst daraufhin gearbeitet werden, dass die gemeinsamen Urlaube einen „Inszenierungscharakter“ eigener Art erhalten. Wir wissen aus der Ritual- und Familiengedächtnisforschung, wie wichtig gemeinsame Erlebnisse, Aktivitäten für die Identität und das Gemeinschaftsgefühl von Gruppen sind. Diese Zeiten sollten nicht zuletzt auch der Beantwortung der Fragen nach dem guten Leben in einer entgrenzten und extrem beschleunigten Gesellschaft dienen.

Zehntens ist abschließend darauf hinzuweisen, dass all dies auch Teil einer Schulung von Zeit- und Erholungskompetenzen sein muss. Individuen und Familien müssen beispielsweise in der Familienbildung auf die Relevanz der genannten Entwicklungen hingewiesen werden, um nicht nur je für sich, sondern auch auf der politischen Ebene

für die besserer Zeitpolitik bezogen auf den Alltag, das Wochenende und die Urlaube eintreten zu können und ihre Zeiten nicht als „gewährte Gnade“, sondern als wichtige Ressourcen für die Gesamtgesellschaft ansehen zu können.

### **Literatur:**

Becker-Stoll, Fabienne/Klös, Hans-Peter/Rainer, Helmut/Thüsing, Gregor (Hrsg.). (2012): Experten zum Achten Familienbericht "Zeit für Familie". München: ifo-Institut.

BMFSFJ (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend) (2012a): Zeit für Verantwortung. Achten Familienbericht. Berlin: BMFSFJ.

BMFSFJ (2012b): Familienreport 2012. Leistungen, Wirkungen, Trends. Berlin: BMFSFJ.

BMFSFJ (2013): 14. Kinder- und Jugendbericht. Bericht über die Lebenssituation junger Menschen und die Leistungen der Kinder- und Jugendhilfe in Deutschland. Berlin: BMFSFJ.

Boes, Andreas (2012). Informatisierung der Gesellschaft und Zukunft der Arbeit. Vortrag beim Kongress "Leben und Arbeiten in der digitalen Gesellschaft". GlobeProPrint6. München: ISF.

Brenscheidt, Frank/Beermann, Beate (2013): Gesundheitliche und psychosoziale Auswirkung der Arbeitszeit. In: Lohmann-Haisla, Andrea (Hrsg.). Stressreport Deutschland 2012. Psychische Anforderungen, Ressourcen und Befinden. Dortmund: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, 113-123.

Böhnisch, Lothar/Funk, Heide (2013): Soziologie - Einführung für die Soziale Arbeit. Weinheim: Beltz Juventa.

Bröckling, Ulrich (2007): Das unternehmerische Selbst. Soziologie einer Subjektivierungsform. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Brown, Kerry/Bradley, Lisa/Lingard, Helen/Townsend, Keith/Ling, Sharine (2011): Labouring for leisure? Achieving work-life balance through compressed working weeks. *Annals of Leisure Research*, 14, 1, 43-59.

Bunz, Mercedes (2012): Die stille Revolution. Wie Algorithmen Wissen, Arbeit, Öffentlichkeit und Politik verändern, ohne dabei viel Lärm zu machen. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Busch, Ulrich/Land, Rainer (2012): Teilhabekapitalismus. Fordistische Wirtschaftsentwicklung und Umbruch in Deutschland 1950 bis 2009. In: Forschungsverbund Sozioökonomische Berichterstattung (Hrsg.). Berichterstattung zur sozioökonomischen Entwicklung in Deutschland. Wiesbaden: VS, 111-151.

Christensen, Toke, Haunstrup (2009): 'Connected presence' in distributed family life. *New Media and Society*, 11, 3, 433-451

- de Bloom, Jessica/Geurts, Sabine A.E./Taris, Toon W./ Sonnentag, Sabine/de Weerth, Carolina/Kompier, Michiel A.J. (2010): Effects of vacation from work on health and well-being: Lots of fun, quickly gone. *Work & Stress*, 24,2, 196-216.
- Deerks, Daantje/ten Brummelhuis, Lieke L./Zecic, Dino/Bakker, Arnold B. (2012): Switching on and off ...: Does smartphone use obstruct the possibility to engage in recovery activities? *European Journal of Work and Organizational Psychology*, ONLINE FIRST DOI 10.1080/1359432X.2012.711013.
- Deutscher Bundestag (2013): Unterrichtung durch den Wehrbeauftragten. Jahresbericht 2012 (54. Bericht). Berlin: Deutscher Bundestag. Drucksache 17/12050.
- Ebert, Thomas (2012): Soziale Gerechtigkeit in der Krise. Bonn: Bundeszentrale für politische Bildung.
- Ehrenberg, Alain (2004): Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart. Frankfurt: Campus.
- European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions. (2012): ERM Report 2012. After Restructuring: Labour markets, working conditions and life satisfaction. Dublin: European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions.
- Fritz, Charlotte/Sonnentag, Sabine/Spector, Paul E./McInroe, Jennifer (2010): The weekend matters: Relationships between stress recovery and affective experiences. *Journal of Organizational behavior*, 31(6), 1137-1162.
- Gergen, Kenneth J. (1991): The Saturated Self. Dilemmas of Identity in Contemporary Life. New York: Basic Books.
- Gottschall, Karin/Voß, Gerd Günter (2003): Entgrenzung von Arbeit und Leben - Zur Einleitung. In: Gottschall, Karin/Voß Gerd Günter (Hrsg.). Entgrenzung von Arbeit und Leben. Zum Wandel der Beziehung von Erwerbstätigkeit und Privatsphäre im Alltag. München: Hampp, 11-33.
- Grünewald, Stephan (2013): Die erschöpfte Gesellschaft. Warum Deutschland neu träumen muss. Frankfurt am Main: Campus.
- Heaphy, Brian (2007): Late modernity and social change. Reconstructing social and personal life. London: Routledge.
- Heinze, Rolf G. (2011): Die erschöpfte Mitte. Zwischen marktbestimmten Soziallagen, politischer Stagnation und der Chance auf Gestaltung. Weinheim: Juventa.
- Heitkötter, Martina (2009): Der „temporal turn“ in der Familienpolitik – zeitpolitische Gestaltungsansätze vor Ort für mehr Zeitwohlstand in Familien. In: Heitkötter, Martina/Jurczyk, Karin/Lange, Andreas/Meier-Gräwe, Uta (Hg.): Zeit für Beziehungen? Zeit in und Zeitpolitik für Familien. Opladen: Barbara Budrich, 401-428.
- Henry-Huthmacher, Christine/Bochard, Michael (2008): (Hrsg.). Eltern unter Druck. Selbstverständnisse, Befindlichkeiten und Bedürfnisse von Eltern in verschiedenen Lebenswelten. Stuttgart: Lucius & Lucius.

- Herlyn, Gerrit/Müske, Johannes/Schönberger, Klaus/Sutter, Ove (2009): Ethnografische Arbeitskulturen-Forschung und Entgrenzungsprozesse. In: Herlyn, Gerrit/Müske, Johannes/Schönberger, Klaus/Sutter, Ove (Hrsg.). Arbeit und Nicht-Arbeit. Entgrenzungen und Begrenzungen von Lebensbereichen und Praxen. München: Hampp, 9-20.
- Hirsch-Kreinsen, Hartmut (2009): Entgrenzung von Unternehmen und Arbeit. In: Beckert, Jens/Deutschmann, Christoph (Hrsg.). Wirtschaftssoziologie. SH 49 der Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie. Wiesbaden: VS, 447-465.
- Hochschild, Arlie Russell. (2012): The Outsourced Self. Intimate Life in Market Times. New York: Metropolitan Books.
- Jacob, Jenet I./Allen, Sarah/ Hill, Jeffrey E./Mead, Nicole L./ Ferris, Maria (2008): Work Interference with Dinnertime as a Mediator and Moderator Between Work Hours and Family Outcomes. Family and Consumer Sciences Research Journal 36, 4, 310-327.
- Junghanns, Gisa. (2013): Termin- und Leistungsdruck. In: Lohmann-Haisla, Andrea (Hrsg.). Stressreport Deutschland 2012. Psychische Anforderungen, Ressourcen und Befinden. Dortmund: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, 107-112.
- Jurczyk, Karin. (2009): Familienzeit - knappe Zeit? Rhetorik und Realitäten. In: Heitkötter, Martina/Jurczyk, Karin/Lange, Andreas/Meier-Gräwe, Uta (Hrsg.). Zeit für Beziehungen? Zeit und Zeitpolitik für Familien. Opladen: Barbara Budrich, 37-66.
- Jurczyk, Karin/Schier, Michaela/Szymenderski, Peggy/Lange, Andreas /Voß, G. Günter( 2009): Entgrenzte Arbeit – Entgrenzte Familie. Grenzmanagement im Alltag als neue Herausforderung. Berlin: Edition Sigma.
- Jürgens, Kerstin (2006): Arbeits- und Lebenskraft. Reproduktion als eigensinnige Grenzziehung. Wiesbaden: VS.
- Jürgens, Kerstin (2010): Deutschland in der Reproduktionskrise. Leviathan, 38,4, 559-587.
- Kädtler, Jürgen (2012): Finanzmarktkapitalismus oder Finanzmarktrationalität? . In: Dörre, Klaus/Sauer, Dieter/Wittke, Volker (Hrsg.). Kapitalismustheorie und Arbeit. Neue Ansätze soziologischer Kritik. Frankfurt am Main: Campus, 34-62.
- Keupp, Heiner (2012): Identität und Individualisierung: Riskante Chancen zwischen Selbstsorge und Zonen der Verwundbarkeit - sozialpsychologische Perspektiven. In: Petzold, Hilarion (Hrsg.). Identität. Ein Kernthema moderner Psychotherapie - interdisziplinäre Perspektiven. Wiesbaden: VS, 77-105.
- Klenner, Christina/Pfahl, Svenja (2009): Jenseits von Zeitnot und Karriereverzicht – Wege aus dem Arbeitszeitdilemma. In: Heitkötter, Martina/Jurczyk, Karin/Lange, Andreas/Meier-Gräwe, Uta (Hrsg.). Zeit für Beziehungen? Zeit und Zeitpolitik für Familien. Opladen: Barbara Budrich, 259-290.
- Köper, Birgit (2013): Restrukturierung. In: Lohmann-Haisla, Andrea (Hrsg.). Stressreport Deutschland 2012. Psychische Anforderungen, Ressourcen und Befinden. Dortmund: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, 143-155.

- Koppetsch, Cornelia (2013): Die Wiederkehr der Konformität. Streifzüge durch die gefährdete Mitte. Frankfurt am Main: Campus.
- Kratzer, Nick (2003): Arbeitskraft in Entgrenzung. Grenzenlose Anforderungen, erweiterte Spielräume, begrenzte Ressourcen. Berlin: Edition Sigma.
- Krinninger, Dominik/Müller, Hans-Rüdiger (2012): Die Bildung der Familie. Zwischenergebnisse aus einem ethnographischen Forschungsprojekt. Zeitschrift für Soziologie der Erziehung und Sozialisation, 32, 3, 233-249.
- Lange, Andreas (2012): Gesellschaftliche Bedingungen der Vereinbarkeit – soziologische Perspektiven unter besonderer Berücksichtigung der Konsequenzen mangelnder gesellschaftlicher Unterstützungen. In: Becker-Stoll, Fabienne/Klöß, Hans-Peter/Rainer, Helmut/Thüsing, Gregor (Hrsg.). Expertisen zum Achten Familienbericht "Zeit für Familie". München: IFO, 49-87.
- Lessenich, Stephan (2012): Theorien des Sozialstaats zur Einführung. Hamburg: Junius.
- Lüscher, Kurt (2009): Humanvermögen: Ein Wegweiser im Aufbruch zu einer Generationenpolitik. Soziale Sicherheit, Heft 5, 275-278.
- Lutz, Ronald (2012): Soziale Erschöpfung - Erschöpfte Familien. In: Lutz, Ronald (Hrsg.). Erschöpfte Familien. Wiesbaden: VS, 11-67.
- Marrs, Kira (2007): Zwischen Leidenschaft und Lohnarbeit. Ein arbeitssoziologischer Blick hinter die Kulissen von Film und Fernsehen. Berlin. Edition Sigma.
- Moosbrugger, Jeanette (2008): Subjektivierung von Arbeit: Freiwillige Selbstausschöpfung. Ein Erklärungsmodell für die Verausgabungsbereitschaft von Hochqualifizierten. Wiesbaden: VS.
- Muschalik, Eva/Peter, Frauke H./Spieß, Katharina C. (2011). Familienpolitisches Wohlbefinden. In: Bertram, Hans/Spieß, Katharina C. (Hrsg.). Fragt die Eltern. Ravensburger Elternsurvey. Elterliches Wohlbefinden in Deutschland. Baden-Baden: Nomos, 151-175.
- Nies, Sarah/Sauer, Dieter (2012): Arbeit - mehr als Beschäftigung? Zur arbeitssoziologischen Kapitalismuskritik. In Dörre, Klaus/Sauer, Dieter/Wittke, Volker (Hrsg.). Kapitalismustheorie und Arbeit. Neue Ansätze soziologischer Kritik. Frankfurt am Main: Campus, 34-62.
- Oechsle, Mechthild (2008): Work-Life-Balance: Diskurse, Problemlagen, Forschungsperspektiven. In: Becker, Ruth/Kortendiek, Beate (Hrsg.): Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung. Theorien, Methoden, Empirie. Wiesbaden: VS, 227-236.
- Offer, Shira. (2013). Family Time Activities and Adolescents' Emotional Well-Being. Journal of Marriage and Family, 75, 1, 26-41.
- Peuckert, Rüdiger (2013): Familienformen im sozialen Wandel. Wiesbaden: Springer VS.
- Pries, Ludger (2008): Die Transnationalisierung der sozialen Welt. Frankfurt Main: Suhrkamp.

- Ruppenthal, Silvia/Lück, Detlev (2009): Jeder fünfte Erwerbstätige ist aus beruflichen Gründen mobil. Berufsbedingte räumliche Mobilität im Vergleich. In: Informationssystem Soziale Indikatoren (ISI), Nr. 42, S. 1-5
- Scherschel, Karin/Streckeisen, Peter/Krenn, Manfred. (2012): Einleitung. In: Scherschel, Karin/Streckeisen, Peter/Krenn, Manfred (Hrsg.). Neue Prekarität. Die Folgen aktivierender Arbeitsmarktpolitik - europäische Länder im Vergleich. Frankfurt am Main: Campus, 7-12.
- Schier, Michaela (2009): Räumliche Entgrenzung von Arbeit und Familie. Die Herstellung von Familie unter Bedingungen von Multilokalität. Informationen zur Raumentwicklung, Heft 1/2, S. 55-66
- Schier, Michaela/Jurczyk, Karin (2007): „Familie als Herstellungsleistung“ in Zeiten der Entgrenzung. Aus Politik und Zeitgeschichte 34, S. 10-17
- Sieder, Reinhard (2009): Männer in Patchworkfamilien. In: Jurczyk, Karin/Lange, Andreas (Hrsg.). Vaterwerden und Vatersein heute. Neue Wege – neue Chancen! Güterloh: Bertelsmann, 289-307
- Statistisches Bundesamt (Hrsg.) (2008): Familienland Deutschland. Berlin
- Stehr, Nico (2001). Wissen und Wirtschaften. Die gesellschaftlichen Grundlagen der modernen Ökonomie. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Streeck, Wolfgang (2013): Gekaufte Zeit. Die vertagte Krise des demokratischen Kapitalismus. Frankfurter Adorno-Vorlesungen. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- von Streit, Anne (2011): Entgrenzter Alltag - Arbeiten ohne Grenzen? Das Internet und die raum-zeitlichen Organisationsstrategien von Wissensarbeiter. Bielefeld: transcript.
- Vormbusch, Uwe (2012): Die Herrschaft der Zahlen. Zur Kalkulation des Sozialen in der kapitalistischen Moderne. Frankfurt am Main: Campus.
- Voswinkel, Stephan. (2012): Arbeit und Subjektivität. In: Dörre, Klaus/Sauer, Dieter/Wittke, Volker (Hrsg.). Kapitalismustheorie und Arbeit. Neue Ansätze soziologischer Kritik Frankfurt am Main: Campus, 302-315
- Voß, G. Günter/Weiss, Cornelia (2009): Wenn die Arbeitenden immer mehr zu Subjekten werden ... Entgrenzung und Subjektivierung von Arbeit. Erläutert am Beispiel eines Außendienstmitarbeiters. In: Baxmann, Inge/Göschel, Sebastian/Gruß, Melanie/Lauf, Vera (Hrsg.). Arbeit und Rhythmus. Lebensformen im Wandel. München: Fink, 37-58.

