

DGB-Index
Gute Arbeit



Kompakt 04/2025

Grenzen des Arbeitstages

Was wollen die Beschäftigten?

Grenzen des Arbeitstages

Was wollen die Beschäftigten?

Die Bundesregierung hat in ihrem Koalitionsvertrag die Absicht formuliert, „die Möglichkeit einer wöchentlichen anstatt einer täglichen Höchstarbeitszeit [zu] schaffen – auch und gerade im Sinne einer besseren Vereinbarkeit von Familie und Beruf“. Im Kern zielt die Forderung nach einer Öffnung des Arbeitszeitgesetzes auf eine Abschwächung der bisherigen Schutzregelungen: Der Achtstundentag soll als Norm abgeschafft und tägliche Arbeitszeiten von über zwölf Stunden ermöglicht werden.

Dabei wird auf die angeblichen Wünsche der Beschäftigten nach flexiblen Arbeitszeiten verwiesen. Die Betroffenen selbst kommen jedoch selten zu Wort. Welche Arbeitszeiten brauchen die Arbeitnehmer*innen? Wann soll der Arbeitstag beginnen und wann soll er enden? Welche Grenzen würden Beschäftigte ziehen, wenn sie über ihre Arbeitszeiten selbst entscheiden könnten?

Um diese Fragen beantworten zu können, wurden in der repräsentativen Beschäftigtenbefragung mit dem DGB-Index Gute Arbeit 2025 mehr als 4.000 Arbeitnehmer*innen danach gefragt, zu welchen Zeiten sie arbeiten würden, wenn sie die Wahl hätten.

Die Ergebnisse zeigen deutlich: eine Ausweitung der täglichen Höchstarbeitszeit entspricht nicht den Bedürfnissen der Beschäftigten. Im Gegenteil, eine deutliche Mehrheit wünscht sich Arbeitszeiten innerhalb der Grenzen des Achtstundentags. Besonders deutlich ausgeprägt ist der Wunsch nach klaren Grenzen bei Arbeitnehmer*innen mit Kindern.

Zentrale Ergebnisse

In der Auswertung werden die Daten des DGB-Index Gute Arbeit des Jahres 2025 analysiert. Der Schwerpunkt der Befragung lag beim Thema Arbeitszeit. Zentrale Befunde zu den Grenzen des Arbeitstages sind:

- 95 Prozent der Beschäftigten wünschen sich einen Arbeitstag, der bis spätestens 18 Uhr endet.
- Die große Mehrheit der Befragten möchte tagsüber – zwischen 6 und 18 Uhr – arbeiten. Der gewünschte Beginn und das Ende des Arbeitstages variieren in Abhängigkeit vom Arbeitszeitvolumen (Voll- oder Teilzeit).
- 72 Prozent möchten Arbeitstage von maximal acht Stunden. 98 Prozent möchten weniger als zehn Stunden pro Tag arbeiten.
- Tatsächlich arbeiten heute bereits 43 Prozent der Beschäftigten sehr häufig oder oft länger als acht Stunden pro Tag. Die Mehrheit dieser Gruppe (59 Prozent) würde ihren Arbeitstag gerne auf höchstens acht Stunden begrenzen.
- Lediglich 21 Prozent der Beschäftigten geben an, dass ihre Arbeitstage nie länger als acht Stunden dauern.
- Die Möglichkeit, den Arbeitstag zu unterbrechen, um abends nach 19 Uhr weiterzuarbeiten, wird von zwölf Prozent der Beschäftigten sehr häufig oder oft wahrgenommen. Bei Beschäftigten mit Kindern liegt dieser Anteil höher (17 Prozent).
- Wenn Beschäftigte mit Kindern, die ihre Arbeitszeit unterbrechen und nach 19 Uhr weiterarbeiten, das Arbeitsende selbst bestimmen könnten, würden 97 Prozent dieser Gruppe ihre Arbeitszeit bis 19 Uhr beenden.

Grenze des Arbeitstages

Mit der geplanten Änderung des Arbeitszeitgesetzes sollen bestehende Begrenzungen der täglichen Arbeitszeit erheblich ausgeweitet werden. Die Umstellung von einer täglichen auf eine wöchentliche Höchstarbeitszeit würde Arbeitszeiten von mehr als zwölf Stunden pro Tag ermöglichen.

Die Forderung nach Abschaffung der täglichen Höchstarbeitszeit von acht Stunden wird unter anderem mit dem angeblichen Interesse der Beschäftigten an einer besseren Vereinbarkeit von Familie und Beruf erklärt.

Fragt man die Beschäftigten danach, zu welchen Zeiten sie ihren Arbeitstag beginnen und beenden würden, wenn sie diese selbst bestimmen könnten, zeigt sich ein klares Bild. Es werden ganz überwiegend gängige Arbeitszeitlagen gewünscht, die tagsüber, in der Zeitspanne zwischen 6 und 18 Uhr liegen (für einen detaillierten Überblick siehe Abb. 2 und 3).

Abb. 1

**Anteil der Beschäftigten, die ihren
Arbeitstag bis 18 Uhr beenden möchten**



Selbstbestimmte Arbeitszeiten würden bedeuten, dass knapp drei Viertel (73 Prozent) der Befragten ihren Arbeitstag zwischen 6 und 9 Uhr beginnen würden. Der Feierabend würde für 95 Prozent spätestens um 18 Uhr beginnen (Abb. 1). Der Anteil der Beschäftigten, die gerne vor 6 oder nach 18 Uhr arbeiten möchten, ist sehr gering. Das Arbeiten in den Abendstunden entspricht nicht den Arbeitszeitbedarfen einer großen Mehrheit der Beschäftigten.

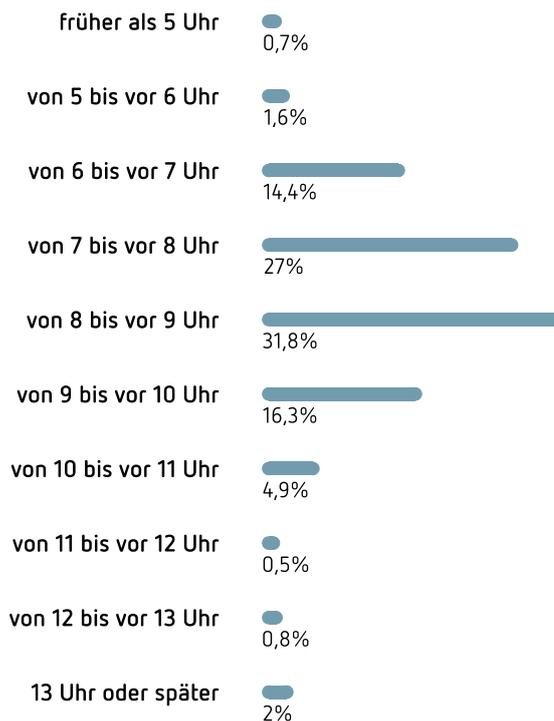
Beginn des Arbeitstages

Wenn Beschäftigte den Anfang ihres Arbeitstages selbst festlegen könnten, würde die große Mehrheit nach 6 Uhr mit der Arbeit beginnen. 73 Prozent möchten zwischen 6 und 9 Uhr beginnen. Knapp 60 Prozent würden einen Start zwischen 7 und 9 Uhr wählen (Abb. 2).

Einen Arbeitsbeginn ab 10 Uhr und später wünschen sich weniger als zehn Prozent. In der kleinen Gruppe derjenigen, die 13 Uhr und später beginnen würden (2 Prozent), sind auch die Beschäftigten enthalten, die abends und nachts arbeiten möchten.

Abb. 2

Wenn Sie selbst entscheiden könnten, um wie viel Uhr würden Sie Ihren Arbeitstag am liebsten beginnen?



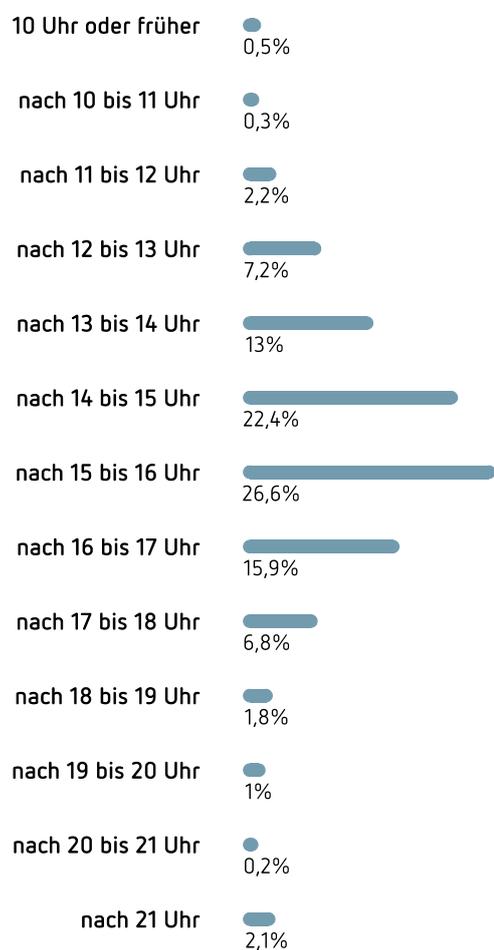
In der Abbildung sind sowohl Voll- als auch Teilzeitbeschäftigte berücksichtigt. Werden die beiden Gruppen separat betrachtet, werden Unterschiede deutlich. Vollzeitbeschäftigte würden im Durchschnitt frühere Anfangszeiten wählen als Teilzeitbeschäftigte.

Ende des Arbeitstages

Wann würde der Arbeitstag enden, wenn Beschäftigte selbst darüber entscheiden könnten? In Abb. 3 zeigt sich zum einen die zuvor bereits angeführte Grenze von 18 Uhr, nach der nur ein geringer Anteil der Befragten noch arbeiten möchte. 95 Prozent möchten den Arbeitstag bis dahin beendet haben.

Abb. 3

Wenn Sie selbst entscheiden könnten, um wie viel Uhr würden Sie Ihren Arbeitstag am liebsten beenden?



Die Unterschiede beim gewünschten Arbeitsende hängen eng mit dem jeweiligen Umfang der Arbeitszeit zusammen. Bei Teilzeitbeschäftigten liegen die Anteile derjenigen, die zwischen 12 und 14 Uhr ihren Arbeitstag beenden möchten, deutlich höher als bei Vollzeitbeschäftigten.

Acht, zehn oder mehr Stunden?

Bei selbstbestimmten Arbeitszeiten würde knapp drei Viertel aller Beschäftigten (72 Prozent) maximal acht Stunden pro Tag arbeiten. Der Anteil derjenigen, die zwischen acht und zehn Stunden arbeiten würden, liegt bei 26 Prozent. Insgesamt geben damit 98 Prozent aller Befragten an, nicht länger als zehn Stunden pro Tag arbeiten zu wollen (Abb. 4)

Abb. 4

**Anteil der Beschäftigten,
die nicht länger als 8 Stunden
am Tag arbeiten möchten**



**Anteil der Beschäftigten,
die nicht länger als 10 Stunden
am Tag arbeiten möchten**



Unter Beschäftigten, die überwiegend selbst für die Betreuung ihrer Kinder verantwortlich sind, möchten 87 Prozent höchstens acht Stunden pro Tag arbeiten. Aus dieser Gruppe geben 99 Prozent der Befragten an, weniger als 10 Stunden am Tag arbeiten zu wollen.

Überschreitung des Achtsturentages

In der Realität arbeiten heute schon viele Beschäftigte länger als acht Stunden. 43 Prozent der Befragten gaben an, den Achtsturentag sehr häufig oder oft zu überschreiten. Bei weiteren 36 Prozent kommt dies selten vor. Lediglich 21 Prozent geben an, nie länger als acht Stunden zu arbeiten (Abb. 5).

Abb. 5

Wie häufig kommt es vor, dass Sie an einem Arbeitstag länger als acht Stunden arbeiten?



Die Überschreitung des Achtsturentags ist von der Mehrheit der Betroffenen nicht gewünscht: Von den 43 Prozent, die sehr häufig/oft länger als acht Stunden arbeiten, wünschen sich 59 Prozent Arbeitstage von maximal acht Stunden (Abb. 6).

Abb. 6

Anteil der Beschäftigten, die sehr häufig oder oft länger als acht Stunden arbeiten, aber ihren Arbeitstag gerne auf maximal acht Stunden begrenzen würden

59%

Unterbrechung des Arbeitstages

Ein Teil der Beschäftigten hat die Möglichkeit, den Arbeitstag zu unterbrechen, um sich um private Angelegenheiten zu kümmern. Nach der Unterbrechung wird weitergearbeitet. Die Arbeitszeit wird dann häufig in die Abendstunden ausgedehnt.

Diese Möglichkeit zur Flexibilisierung der Arbeitszeit wird von knapp der Hälfte (47 Prozent) der Befragten genutzt. 12 Prozent geben an, dass sie ihren Arbeitstag sehr häufig oder oft unterbrechen und nach 19 Uhr weiterarbeiten (Abb. 7).

Beschäftigte, die Kinder zu betreuen haben, arbeiten häufiger mit einer solchen Unterbrechung des Arbeitstags (17 Prozent sehr häufig/oft) als Beschäftigte ohne Kinder (9 Prozent).

Abb. 7

Wie häufig kommt es bei Ihnen vor, dass Sie die Arbeit aus privaten Gründen für mehrere Stunden unterbrechen und **am** Abend nach 19 Uhr weiterarbeiten?



Diese Form der Flexibilisierung entspricht allerdings in der Regel nicht dem Wunsch der Betroffenen: Von denen, die häufig nach 19 Uhr weiterarbeiten, wünschen sich 95 Prozent, ihren Arbeitstag bis spätestens 19 Uhr beenden zu können. Bei Beschäftigten ohne Kinder sind es 91 Prozent. Wenn Kinder zu betreuen sind, möchten sogar 97 Prozent bis 19 Uhr Feierabend haben.

Abb. 8

Anteil der Beschäftigten mit Kindern, die sehr häufig/oft nach 19 Uhr weiterarbeiten, ihren Arbeitstag aber gerne bis 19 Uhr beenden möchten



Methodische Hinweise

Die vorliegende Auswertung zum Thema „Grenzen des Arbeitstags“ basiert auf den Daten der bundesweit repräsentativen Beschäftigtenbefragung „DGB-Index Gute Arbeit“. Mit dem DGB-Index Gute Arbeit werden in Deutschland beschäftigte Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer (ohne Auszubildende) zur Qualität ihrer Arbeitsbedingungen befragt. Die jährliche telefonische Erhebung (CATI) beruht auf einer Zufallsstichprobe abhängig Beschäftigter mit einer Wochenarbeitszeit von mindestens 10 Stunden.

Für die Auswertung wurden die Daten des Jahres 2025 verwendet. Im Befragungszeitraum von Januar bis Mai 2025 wurden 4.018 Arbeitnehmer*innen befragt. Schwerpunktthema der Befragung war die Arbeitszeit.

Wenn in der Darstellung von „Durchschnitt“ oder „Mittelwert“ gesprochen wird, ist immer das gewichtete arithmetische Mittel gemeint. Alle Ergebnisse wurden mit Hilfe von Gewichtungsfaktoren berechnet.

Die angegebenen Prozentzahlen und Indexwerte sind auf ganze Zahlen aufgerundet. Die Rundung der Zahlen auf ganzzahlige Werte kann in einzelnen Fällen dazu führen, dass sich Prozentzahlen, z. B. bei Darstellungen von Häufigkeiten, nicht exakt zu 100 Prozent addieren.

Impressum

Grenzen des Arbeitstags

Was wollen die Beschäftigten?

DGB-Index Gute Arbeit Kompakt 04/2025
Juli 2025

Herausgeber:

Institut DGB-Index Gute Arbeit

Redaktion: Dr. Rolf Schmucker und Robert Sinopoli

Keithstr. 1

10787 Berlin

web: www.dgb-index-gute-arbeit.de

mail: index-gute-arbeit@dgb.de

Presserechtlich verantwortlich:

Oliver Suchy

Deutscher Gewerkschaftsbund

Keithstr. 1

10787 Berlin

Nachdruck von Texten und Grafiken nur mit Quellenangabe