

Zeit an den Werktagen

Von Erwerbsarbeit und Selbstarbeit

Die typischen Werkstage von Zeitpionieren und Flexiblen Menschen sind deutlich in ihrer Verlaufsform zu unterscheiden. Unter Flexiblen Menschen herrscht die Ansicht vor, dass sich ein Werktag vereinfacht in folgende drei Abschnitte gliedern lässt: die Zeit vor der Arbeit, während der Arbeit und nach der Arbeit.

Flexible Menschen: Vom Aufwachen bis ins Büro

<i>Vorgänge</i>	<i>Kommentare</i>
„Um 5:30 Uhr stehe ich auf, weil der Wecker klingelt. Ich dusche und ziehe mich bis 6:15 Uhr an und werte die Zeitung aus. Um 7:00 Uhr fahre ich mit dem Auto in mein Büro.“	„Wenn ich um diese Zeit aufstehen muss, bin ich meist schlecht gelaunt und brauche erst etwas Zeit. Die anschließende Fahrt auf der Autobahn ist sehr anstrengend.“
„6:00 Uhr aufstehen, 7:00 Uhr das Haus verlassen. Mit dem Auto zum Bahnhof, Zugfahrt 7:30 Uhr bis 8:30 Uhr.“	„Die Bahnfahrt sehe ich als Auszeit, um den Ablauf etwas zu verlangsamen. Ich lese ein Buch oder in einer Kunstzeitschrift.“
„Wenn Kundentermin, dann 6:00 Uhr aufstehen, sonst später. Ins Bad gehen. Dann: entsprechendes Outfit anziehen. Dann: in der Regel kein Frühstück. Dann: losdüsens.“	„Morgens herrscht Hektik, weil ich als Nachtmensch versuche, mir den Wecker so spät als möglich zu stellen. Es reicht gerade zum Duschen, Schminken, Anziehen.“

Dabei weist schon die Art, wie sie die Zeit bis zum Beginn der Arbeit schildern, auf etwas hin, das ihre Werktag durchzieht: Vorgänge wer-

den nur in wenige Worte gekleidet und knapp kommentiert. Das spricht dafür, dass sie mit einer gewissen Fraglosigkeit ablaufen, die allerdings – wie oben gezeigt – leicht mit der Vorstellung der Alternativlosigkeit verbunden sein kann, aus der sich das Bild vom Leben als Tretmühle ergibt. In dieser Richtung äußern sich die Befragten, wenn sie das für sie übliche Aufstehen gegen 6:00 Uhr als einen ihrer Natur *eigentlich zuwiderlaufenden* Vorgang empfinden.

Abgesehen davon, folgt für sie alle nach dem Aufstehen ein kurzer Aufenthalt im Bad. Gegen 7:00 Uhr verlassen die meisten von ihnen das Haus, um sich auf den Weg zur Arbeit zu machen. Sowohl die Verrichtung häuslicher Tätigkeiten wie auch die Anfahrt zur Arbeit scheinen sich unter gehörigem Zeitdruck abzuspielen. Von einem Frühstück ist nur insofern die Rede, als dass es *nicht* stattfindet.

In ganz anderer Weise beginnen die Werkstage von Zeitpionieren. Allein die Spannbreite der Angaben, zu welcher Zeit sie aufstehen (müssen), reicht von vor 6:00 Uhr über 7:00 Uhr bis hin zu der Aussage, gar keiner bestimmten Uhrzeit zu folgen.

Zeitpioniere: Vom Aufwachen bis ins Büro

Vorgänge	Kommentare
„Auf 6:00 Uhr stelle ich den Wecker, um noch im Bett liegen bleiben zu können. Gegen 6:30 Uhr gehe ich in Ruhe ins Bad. Ich frühstücke relativ lange und verlasse das Haus um 7:45 Uhr. Mit Fahrrad und S-Bahn fahre ich zur Arbeit, so dass ich gegen 8:30 Uhr im Büro ankomme.“	„Ich stehe ungern früh auf. Dennoch stehe ich lieber früher auf als unbedingt nötig, um in Ruhe frühstücken zu können und noch ein wenig meinen Gedanken nachzuhängen. Fehlt mir dazu die Zeit, schlägt mir das den ganzen Vormittag über auf den Kreislauf.“
„Der Wecker klingelt um 7:00 Uhr und ich versuche wach zu werden. Ich lüfte, dusche und ziehe mich an. Dann meditiere ich 30 Minuten. Anschließend frühstücke ich und gehe um 8:15 Uhr zur Arbeit.“	„Mir ist die Arbeitszeit sehr präsent. Damit es keine Hetze gibt, komme ich lieber zu früh. Deshalb schaue ich auch immer wieder auf die Uhr. Das alles hat eine Atmosphäre von Konzentriertheit.“
„Ich stehe um 7:00 Uhr auf und gehe etwa um 8:30 Uhr ohne Frühstück aus dem Haus. Dann gehe ich zum Bahnhof und fahre ungefähr eine Stunde zur Arbeit.“	„Weil ich ein Morgenmuffel bin, brauche ich für alles lange – ich würde lieber erst um 9:00 Uhr aufstehen. Die Fahrt zur Arbeit empfinde ich nicht als verschenkte Zeit. Es ist für mich ein Gewinn, dass ich aus dem Fenster schauen, schlafen oder lesen kann und nichts tun muss. Das ist Luxus und Freizeit.“

Selbst dann, wenn ein Wecker zum Einsatz kommt, haben die anschließenden Tätigkeiten wenig mit denen Flexibler Menschen gemein: eine Weile im Bett liegen bleiben und seinen Gedanken nachhängen, ausgiebig frühstücken, meditieren oder sich mit allem Zeit lassen, sind gängige Vorgehensweisen. Sie geben die Absicht zu erkennen, jederzeit Zeit für sich selbst zu haben, d.h. über Zeit zu verfügen und Zeitdruck nach Kräften zu meiden. Wird der Beginn der Arbeit durch eine feste Uhrzeit markiert, bedeutet das für die Befragten aus dieser Gruppe, den Einfluss dieser Markierung auf andere Abläufe einzudämmen, und z.B. durch das vorzeitige Wecken eine Spanne freier Zeit zwischen Aufwachen und Arbeitsbeginn zu legen. Entsprechend ausführlich fallen auch die Berichte über diesen Abschnitt des Tages aus.

Frühes Wecken bedeutet hier also je nach Strategie verschiedenes: anders als bei Zeitpionieren verstehen es einige Flexiblen Menschen im Verbund mit der Straffung der morgendlichen Routinen als Mittel, einen Zeitvorsprung zu gewinnen, um früher mit der Arbeit zu beginnen.

Flexible Menschen: Arbeiten

<i>Vorgänge</i>	<i>Kommentare</i>
„Arbeit in der Agentur 8:45-12:15 Uhr. Mittagspause und Einkaufen bis 13:00 Uhr. Dann wieder Arbeit bis ungefähr 20:30 Uhr.“	„Bis ich wieder herauskomme stehe ich ohne Unterbrechung unter Strom. Meine Arbeit ist sehr stressig: meist habe ich einen Termin nach dem anderen, ohne dass immer im Voraus abzusehen wäre, was nun als nächstes kommt.“
„Ich beginne um 8:15 Uhr. Bis 12:00 Uhr versuche ich, intensiv zu arbeiten. Um 9:00 Uhr schaue ich, ob die Mitarbeiter an der Arbeit sind. Zwischen 12:00-13:00 Uhr gehe ich essen. Dann gehe ich wieder an die Arbeit. Das Arbeitsende variiert extrem: in vielen Fällen wird es nach 21:00 Uhr“	„Ich höre nur deswegen auf zu arbeiten, weil ich andere telefonisch nicht mehr erreichen kann, abends einen Termin habe oder körperlich einfach nicht mehr kann.“
„Beim Kunden: dort Arbeit bis zum Mittagessen, dann wieder arbeiten, dann Rückfahrt. An Bürotagen: Ich versuche eine Mittagspause einzuhalten und in die Kantine der Firma nebenan zu gehen.“	„Je nach Uhrzeit gehe ich auch nach Kundenterminen nochmals ins Büro, um noch möglichst viel wegzuarbeiten, damit ich am anderen Morgen keine allzu großen Stapel nacharbeiten muss.“

Die Tätigkeiten nach der Ankunft am Arbeitsort werden von den Flexiblen Menschen im gleichen Stakkato erzählt: Sie beschränken sich zum Ersten auf die Angabe der genauen Uhrzeit, zu der sie mit ihrer Arbeit beginnen sowie zum Zweiten auf die Feststellung, dass das Ende der Arbeit dagegen selten von einer festen Uhrzeit bestimmt ist. Dazu passen solche Kommentare, wonach die Arbeit von sich aus nie zu einem Ende käme und die *Arbeitszeit* deshalb durchweg von Anspannung geprägt sei.

Im Gegensatz zu der Zeit vor der Arbeit schildern auch Zeitpioniere ihre Arbeitszeit in knappen Worten.

Zeitpioniere: Arbeiten

Vorgänge	Kommentare
„Ich arbeite nicht jeden Tag zur gleichen Zeit, versuche aber immer, gegen 9:30 Uhr im Büro zu sein. Dann arbeite ich bis 12:30 Uhr. Dann mache ich eine gute Stunde Pause. Später gehe ich zum Bäcker, hole mir etwas Süßes und mache Tee. Wenn ich noch in den Garten möchte, fahre ich um 16:00 Uhr zurück, sonst erst um 17:00 Uhr.“	„Verglichen mit meinem Tempo im übrigen Leben ist das bei der Arbeit sehr hoch.“
„Ab 8:30 Uhr beginnt die Arbeitszeit. Etwa 9:30-9:45 Uhr ist dann eine Frühstückspause, in der wir uns an einen Tisch setzen, Tee machen und etwas essen. Um 13:00 Uhr gehe ich nach Hause.“	„Von nun an geht alles zugleich los: Kunden kommen und das Telefon klingelt ununterbrochen. Die Aktivitätsdichte und meine Geschwindigkeit steigen plötzlich erheblich an.“
„Ich komme um 8:30 Uhr an und mache mir einen Plan für den Tag. Von 12:00-13:00 Uhr mache ich eine Stunde Pause. Dann arbeite ich weiter bis 16:00 Uhr.“	„Am Vormittag arbeite ich sehr konzentriert. Nach dem Essen habe ich eine unproduktive Phase, die ich mit stupiden Arbeiten fülle. Ab 15:00 Uhr lege ich wieder zu und tue alles, um Überstunden zu vermeiden.“

Der Grund dafür ist meiner Ansicht nach darin zu suchen, dass die Befragten beider Gruppen ihr Tun als derart selbstverständlich wahrnehmen, dass sie es mit der Angabe ihres Berufs bereits für ausreichend beschrieben halten und, dass ihnen zugleich der Aufwand übermäßig erscheint, den unvoreingenommenen Gesprächspartner detailliert aufzuklären. Insgesamt betrachtet fällt ins Auge, dass bei den Zeitpionieren

die Anfangs- und Endzeiten der Arbeit feststehen; dass ihre Arbeitsdauer bedeutend kürzer ausfällt als bei den Flexiblen Menschen; und dass Zeitgrenzen bisweilen – ihrem Ideal sich nährend – im Tages- und Wochenverlauf variabel zu gestalten sind.

Sofern die Flexiblen Menschen nicht mit Ehegatten oder Partnern zusammenwohnen und keine geschäftlichen Termine anstehen, ist es für sie selbstverständlich, den Abend so lange wie möglich mit Arbeit im Büro zu füllen. In keinem Fall halten sie sich mit der Beschreibung der Zeit nach der Arbeit lange auf. Sie geben sich mit kommentarlosen Aufzählungen von Verrichtungen zufrieden. Angesichts der kurzen Spanne zwischen Rückkehr aus dem Büro und dem Zubettgehen, sowie dem hohen Erschöpfungsgrad, handelt es sich im Wesentlichen um unabdingbare Haushaltstätigkeiten, um Zerstreuung oder aber um das gemeinsame Abendessen mit der Partnerin bzw. mit dem Partner, von dem ich später ausführlich berichten werde.

Flexible Menschen: Vom Arbeiten bis zum Schlafengehen

Vorgänge	Kommentare
„Rückfahrt gegen 20:00 Uhr, die Wohnung in Ordnung bringen, Austausch mit meiner Frau, Abendessen, Berieselung vor dem Fernsehen. Ca. 23:00 Uhr ins Bett.“	„Die Restzeit versuche ich mit meiner Partnerin zu verbringen.“
„Entweder fahre ich um 19:00 Uhr nach Hause, wo meist noch ein Termin wartet, oder ich übernachte am Arbeitsort, um noch zu arbeiten oder dort einen Termin wahrzunehmen. Gegen 23:00 Uhr gehe ich ins Bett.“	„Wenn ich am Arbeitsort übernachte, gehe ich am anderen Tag eine Stunde früher ins Büro.“
„Ich komme selten vor 20:00 Uhr von der Arbeit nach Hause.“	„Ich kann so lange arbeiten, weil ja auf mich zu Hause keiner wartet.“

Diese Angaben belegen das überragende Gewicht der Berufstätigkeit im Leben der Vertreter dieser Gruppe sowie die dazugehörige Teilung des Lebens in Arbeitszeit und übrige, restliche Zeit. Von dieser Restzeit aus, scheint allein die Paarbeziehung als Gegengewicht zur Arbeit akzeptiert zu werden.

Anders dagegen bei den Zeitpioniere (s. Kasten S. 178): Sie neigen für diesen Tagesabschnitt zu wortreichen Schilderungen und Kommentaren.

Zeitpioniere: Vom Arbeiten bis zum Schafengehen

Vorgänge	Kommentare
„Gegen 13:00 Uhr komme ich nach Hause und kümmere mich um das Essen. Manchmal besucht mich eine Freundin und wir sitzen bis 15:00 Uhr da und reden. Danach mache ich Bürokram, schreibe Karten oder telefoniere. Dazu trinke ich Kaffee. Vor dem Abendprogramm esse ich etwas Kleines. Derzeit gehe ich dann z.B. von 18:00–20:00 Uhr zu einem Kurs. Anschließend gehe ich entweder etwas trinken, joggen oder nach Hause. Wenn mein Partner schon da ist, kochen wir oft noch gemeinsam und sehen fern. Um 23:00 Uhr gehe ich dann ins Bett.“	„Das Mittagessen zu Hause ist für mich eine Art Herunterkommen. Auch zum Kaffee denke ich mir, dass ich ihn jetzt ganz gemütlich nebenbei trinken werde. Die Zeit vergeht dann ganz unbemerkt. Oftmals stelle ich erschreckt fest, wie spät es geworden ist, während ich so viele verschiedene Dinge gemacht habe. Dann kommt mir mein Abendprogramm viel zu früh vor, und ich spiele ab und zu mit dem Gedanken, einen Kurs zu schwänzen, um noch ein bisschen mehr Zeit zu haben.“
„Der Übergang zum Abend ist eher fließend: ich erledige Einkäufe, treibe Sport oder treffe mich mit Freunden. Zur Zeit lerne ich außerdem für einen Sprachkurs. An den Abenden, die ich zu Hause verbringe, lese ich etwas oder rede mit meinen Mitwohnern. Ins Bett gehe ich ungefähr gegen 23:30 Uhr.“	„Stress gibt es da selten. Weil ich selbst bestimmen kann, was ich machen möchte, muss ich mich ja nicht abstimmen. Wenn ich z.B. abends noch zum Karate will liegt es allein an mir, dass ich das vorher einplane.“
„Nach der Arbeit mache ich eine Pause und fahre dorthin, wo ich bis 17:00 Uhr freiwillig als Praktikantin tätig bin. Zu Hause mache ich mir meist einen gemütlichen Abend, bis ich gegen 23:00 Uhr ins Bett gehe.“	„Im Praktikum ist mein Tempo deutlich geringer. So ist der Tag wie die Besteigung eines Berges: vormittags muss ich steil hinauf, dann wird es flacher und abends habe ich es geschafft: ich bin oben und habe einen schönen Ausblick.“
„Häufig kaufe ich auf dem Rückweg ein, so dass ich erst gegen 17:45 Uhr nach Hause komme. Ich ruhe mich aus und erledige kleine Dinge. Dann esse ich mit meiner Frau zu Abend. Anschließend unternehmen wir etwas oder wir philosophieren ein wenig und beschließen den Tag bei einem Glas Wein. Gegen 22:45 Uhr gehen wir ins Bett.“	„Da ich keine Nachteile bin und früh müde werde, will ich nicht lange aufbleiben. Ich liebe es auch, lange zu schlafen: Wenn ich weniger als 8 Stunden schlafen würde, wäre ich am anderen Tag unausgeruht.“

Ohne, dass sie ihre Arbeit annähernd zu derselben Uhrzeit beenden würden, steht ihnen oft der Großteil des Nachmittags zur freien Verfügung. Außer mit Essen und Trinken sowie kurzen Erholungsphasen füllen sie die Zeit bis sie zu Bett gehen mit vielfältigen Aktivitäten: sie erledigen private Büroarbeiten, tätigen Einkäufe, kochen und trinken Kaffee oder Tee, treiben Sport oder bestreiten Weiterbildungs- und Selbsterfahrungs-kurse. Daneben nimmt das Treffen mit Freunden und/oder Partnern viel Raum ein. Die Spannbreite reicht von einer Ausdehnung des Mittages-sens über das Gespräch in der Wohngemeinschaft bis hin zu einem spät-abendlichen Philosophieren zweier Eheleute. Das charakteristische aller Aktivitäten scheint darin zu liegen, dass sie bar von Zeitdruck und Hetze vonstatten gehen. Mehrfach heben die Befragten hervor, wie sehr sie Nachmittage entspannt erleben, so sehr sogar, dass sie die Zeit in Form eines selbstgesteckten Termins mitunter gänzlich vergessen.

Auch das Schlafengehen gestaltet sich nicht wie bei den Flexiblen Menschen als schnelles Kippen aus hektischer Betriebsamkeit in aktionslose Privatheit. Weder ist von einer Berieselung durch das Fernsehen die Rede, noch von Erschöpfung, die sie nicht mehr als zu Bett sinken lassen, sondern davon, den Tag in Ruhe zu beschließen und, es sich auch schon vor dem Einschlafen im Bett gemütlich einzurichten.

Überhaupt scheinen die befragten Zeitpioniere dem Schlaf etliche Bedeutung beizumessen: Sie geben an, in Ruhe zu Bett zu gehen *und* ihre Einschlafzeit an dem Ziel auszurichten, am anderen Morgen gut erholt zu sein. Bedenkt man, dass sie im Mittel etwa eine Stunde später als die Flexiblen Menschen aufstehen, kann man sich vorstellen, dass sie anders schlafen – obwohl die Zeit, zu der sie sich meist schlafen legen, mit 23:00 Uhr weitgehend identisch ist.

Abweichung und Abstimmung der Tage

Antworten auf die Frage nach der Abweichung der Werkstage untereinander, ergeben folgendes Bild: die Flexiblen Menschen sehen sich trotz (über-)voller Terminkalender kaum in der Lage, den Verlauf der Tage vorherzusagen. Ihre Schilderungen gehen dahin, dass sich die Tage gerade darin gleichen, dass *kein Tag dem andern* gleicht (s. Kasten S. 180).

So wird berichtet, dass Umrisse vom Verlauf des Folgetages häufig erst abends zu erkennen sind, denn: solange jemand telefonisch zu erreichen ist, besteht zugleich die Chance, einen Termin am darauffolgenden Tag anzuberaumen. Selbst der Verlauf eines Tages ist kaum vorher abzusehen: welche Arbeit verrichtet werden wird und wann sie beendet ist, zeigt sich im Verlauf des Tages selbst. Der Arbeitsumfang ist aus Sicht

der Flexiblen Menschen nicht nur endlos groß, sondern auch unvorhersehbar. Damit zeichnen sie ein mustergültiges Bild: Eine Möglichkeit zu langfristiger Planung ist – wie das Beispiel der Urlaubsplanung offenkundig macht – selten gegeben.

Abweichung der Werkstage

<i>Flexible Menschen</i>	<i>Zeitpioniere</i>
„Die Werkstage laufen selten gleich ab. Es gibt kaum zwei Tage in einer Woche, die sich ähnlich sind oder womöglich gleichen.“	„Die Werkstage sind im Wesentlichen gleich, aber ich empfinde sie inhaltlich als stetes Fortschreiten. Abweichungen gibt es nur, wenn ich Überstunden mache oder abbaue.“
„Ich entscheide erst um 17:00 Uhr, wann ich nach Hause fahren werde – das hängt ganz davon ab, wie viel Arbeit bis dahin aufgelaufen ist.“	„Am Montag arbeite ich vormittags, Dienstag und Mittwoch gar nicht. Da habe ich nur Einkaufen und Yoga als feste Termine. Donnerstags arbeite ich zehn Stunden, am Freitag nachmittags bis 18:30 Uhr. Dieser Ablauf wiederholt sich jede Woche.“
„Erst, wenn am Abend die letzten Anrufe vorbei sind, weiß ich ungefähr, wie der nächste Tag aussehen könnte. Mein Terminkalender quillt zwar über, aber ich könnte trotzdem nie voraussagen, was z.B. in zwei Wochen passieren wird. Deswegen kann ich auch nur sehr schlecht mit meiner Partnerin in Urlaub fahren.“	„Die tägliche Arbeitszeit ist nicht immer die gleiche. Die Arbeit am Projekt bedingt, dass mal Büroarbeit angesagt ist, dann wieder ein Außentermin. Je nach Lust und Arbeitsanfall arbeite ich länger oder kürzer, aber ich achte darauf, dass sich das innerhalb eines Monats ausgleicht.“

Auch die Arbeiten und Arbeitszeiten der Zeitpioniere sind nicht täglich dieselben. Dennoch gleichen sich ihrer Auffassung nach die Tage, sobald man sie *im Wochentakt* betrachtet. So steht für sie meist im Voraus fest, wann sie arbeiten werden und wann nicht. Selbst unvermittelt anfallende Mehrarbeit, verändert die Balance von Arbeitszeit und Freizeit nicht langfristig zu Lasten freier Zeit, weil Überstunden wieder abzubauen sind. Dass sie Wert darauf legen, die Summe der Arbeitszeit konstant zu halten, spiegelt das vorherrschende Zeitverständnis wieder: gleichförmiges Arbeiten entspricht dem im Lebensbild der Bergwanderung festgehaltenen stetigen Voranschreiten.

Fragt man weiter, wie weit die Arbeitstage von Abwechslung und Routine geprägt sind, bestätigt sich, dass die Flexiblen Menschen mit ihrer Art zu arbeiten nicht sehr zufrieden sind (s. Kasten S. 181). Sie sehen

der geringen Planbarkeit Nachteile erwachsen, die sie aber als unvermeidliche hinnehmen. Sie äußern sich insgesamt nur knapp, da die Werktag für sie kaum etwas anderes bedeuten als *flexible Arbeit*.

Abwechslung und Routine

Flexible Menschen

„Kein Projekt ist so wie das andere, kein Arbeitstag wie der andere. Das ist in diesem Business so.“

„In meinem Beruf gibt es zwar viel Abwechslung, aber sogar das kann irgendwann zuviel und öde werden.“

„Ich hätte gerne eine stärkere Regelmäßigkeit der Tagesabläufe. Damit verbinde ich irgendwie, dass ich früher Schluss machen könnte.“

Zeitpioniere

„Meine Tage sind zwar von vielen Wiederholungen geprägt, doch das stört mich nicht, denn ich finde Routine entlastend. Sie erspart es einem, sich Gedanken machen zu müssen. Wenn meine Eltern zu Besuch sind, finden sie mein Leben ausgesprochen langweilig.“

„Meine Arbeit lässt mir leider wenig Raum für Überraschendes; doch bieten ja die Routinen auf der einen Seite den Vorteil, auf der anderen Seite Kapazitäten für spontane Änderungen freizuhalten.“

„Außerhalb der Arbeit habe ich sehr viel Abwechslung. Mir würde etwas Routine in der Freizeit vielleicht gut tun, um produktiver zu sein.“

Dahingegen geben die Zeitpioniere ausführlich Auskunft. Für sie enthalten Werkstage sowohl Abschnitte, die wöchentlich wenn nicht sogar täglich wiederkehren sowie Abschnitte, die Überraschungen bergen. Ist die Arbeitszeit vorrangig Zeit der Routine, so ist die Freizeit im emphatischen Sinn „Ereigniszeit“. Indem sie beides voneinander getrennt wahrnehmen, fallen Zeitpionieren Vergleich und Abwägung leicht; im Ergebnis sind sie insgesamt mit den Verhältnissen, so, wie sie sind, zufrieden.

Eine negative Konnotation von „Routine“ findet sich in keiner Gruppe – eher das Gegenteil trifft zu. Vor allem die Zeitpioniere bekennen sich dazu, gerne Routinearbeiten auszuführen, weil sie in ihnen eine Entlastung sehen, die es ihnen ermöglicht, sich an anderer Stelle auf etwas Neues einzulassen. Bisweilen kann diese Ungleichverteilung aber auch belastend werden: So wünschen sich die einen ihre freie Zeit stärker der Routine unterworfen, während die anderen Klage über ein Übermaß an Routine bei der Arbeit führen. Diese Klage ist von den Flexiblen Menschen kaum zu vernehmen: wo kein Tag dem anderen gleicht, klingt von ferne die Sehnsucht nach Routinearbeit an, d.h. die Sehnsucht nach be-

rechenbaren Zeiten. Ein entscheidender Nachteil flexibler Zeiteinteilung kommt anschaulich zum Ausdruck: Es ist schlicht anstrengend, täglich von neuem darüber entscheiden zu müssen, wann, was gegessen werden könnte im Unterschied dazu, wenn es selbstverständlich, jeden Tag zu derselben Zeit an demselben Ort zu essen gibt.¹

Wer nach Verantwortlichkeit für die Gestaltung der Werkstage sucht, bekommt von den Flexiblen Menschen zur Antwort, dass sie selten selbst darüber entscheiden, wann sie welcher Tätigkeit nachgehen.

Verantwortlichkeit

Flexible Menschen

„Alles kommt von außen: entweder die Verwaltung, die Mitarbeiter oder der Chef belagern mich. Die Freiheit in meiner Position liegt darin, dass ich zu Zeiten in Cafés gehen kann, zu denen andere das nicht können. Aber auch das tue ich nur, um die wegen anderen ausgefallene Mittagspause zu kompensieren.“

nach anderen: Während der Arbeit sind es Kunden, auf dem Weg von und zur Arbeit ist es die Bahn, und nach Feierabend die Beziehung zu meiner Frau. Ich könnte es mir anders vorstellen, aber ich müsste dann auf einiges verzichten. Letztlich suche ich es mir somit selbst aus.“

„Vor 9:00 Uhr arbeite ich selbstbestimmt, weil die anderen noch nicht da sind. Danach sammelt sich mehr Arbeit bei mir an als ich abarbeiten kann.“

Zeitpioniere

„Die Arbeitszeit wird zwar von anderen bestimmt, doch verglichen mit jemandem, der nach der Stechuh arbeiten muss, habe ich einen hohen Grad an Freiheit. In der Freizeit bin ich meiner Frau verpflichtet, aber ich versuche auch hier, mir Freiraum zu schaffen.“

„Ich bestimme die Arbeit am Projekt weitgehend alleine. Ich muss nur zu bestimmten Zeiten am Telefon erreichbar sein. So kann ich relativ genau vorhersagen, woran ich wann arbeiten werde und welche Verabredungen ich habe. Mir wäre es unangenehm immer um dieselbe Zeit und immer gleich lang zu arbeiten.“

„Bei der Arbeit bestimmen die Chef-in und die Kunden. In der Freizeit bestimme ich selbst. Die Zeiten verhalten sich wie die Kontrapunkte von Zwang und Freiheit zueinander.“

Sie sehen ihre Zeitgestaltung generell als Reaktion auf die Ansprüche anderer. Diese Anderen sind während der Arbeitszeit die Mitarbeiter, Kunden und die Vorgesetzten, in der Freizeit meist die Ehegatten oder Partner und in den Zeiten, die dann noch übrig bleiben, Organisationen wie die Eisenbahn. So erscheint der Lauf der Arbeitswoche *entgegen* der Überzeugung von der eigenen schöpferischen Kraft als fremdbestimmte

1 Vgl. Ernährungstrends 2000+, S. 63/64.

Zeit. Die Vorstellung, von sich aus etwas an diesem Zustand zu ändern, liegt ihnen gänzlich fern. Die Fremdbestimmung wird in ein selbstgewähltes Los umgemünzt, indem nur Alternativen zur Wahl antreten, die vornehmlich inakzeptabel sind. Demgegenüber sehen sich Zeitpioniere definitionsgemäß auch werktags in hohem Maße selbst über die eigene Zeit verfügen. Das gilt in allen Fällen für die Freizeit, aber – mit größeren und kleineren Einschränkungen – in einigen Fällen auch für die Arbeitszeit. Gerade, wenn es sich um eine projektbezogene Arbeit handelt, bleibt Wann und Wie der Abwicklung oft den Befragten überlassen. Wo eine Partnerschaft besteht, wird eine zeitliche Inanspruchnahme wahrgenommen; sie wird jedoch keineswegs als Belastung aufgeführt. Das Reservoir an freier Zeit scheint zu genügen, um gemeinsam verbrachte Zeit weder zu betrieblichen Abläufen noch zum Verlangen nach selbstbestimmter Zeit in Konkurrenz zu setzen.

Die Befragung nach Konflikten bei der Abstimmung der Werktag bestätigt bisherigen Einschätzungen.

Konflikte bei der Abstimmung

Flexible Menschen

„Schwierigkeiten gibt es vor allem mit meiner Partnerin, die von mehr Zeit von mir einfordert.“

„Ich muss z.B. das Arbeitsende mit einem Geschäftsführer abklären, der es nicht gerne sieht, wenn jemand vor 21:00 Uhr aus dem Büro geht. Zum Glück ist meine Frau hier sehr großzügig.“

„Mein Tagesablauf ist unmittelbar einsichtig. Wenn ich länger arbeite, muss ich zwar immer austarieren, wie viele Guthaben-Stunden ich bei meiner Frau noch habe; aber man kann es insgesamt nicht wesentlich anders machen.“

Zeitpioniere

„Koordinationsprobleme gibt es keine, da ich mich ja verabreden kann, wann und wie ich es möchte.“

„Zum Glück habe ich keine zeitliche Verpflichtung durch Kinder oder einen Mann und bin auch sonst nicht an traditionelle Zeiten gebunden.“

„Ich empfinde die Unterschiede der Arbeitswelten von mir und meiner Frau als Defizit: Ich habe manchmal Stress, wie sie ihn nicht kennt. Oft laufen wir tagsüber parallel nebeneinander, um dann abends frontal zusammenzuprallen.“

Mit ihrer scharfen Trennung zwischen Berufs- und Privatleben sehen sich vor allem die Flexiblen Menschen in Nöten, Ansprüche des Betriebs und der Partner bzw. Ehegatten abzuwagen. Angesichts des Vorrangs für die Arbeit mag sich von ihnen glücklich schätzen, wer einen verzichtbereiten Partner oder Ehegatten hat. Wer sich darüber wundert,

dass anders als bei den Zeitpionieren Zeit für sich selbst kein wichtiges Thema zu sein scheint, sollte an dieser Stelle eines nicht vergessen: Flexible Menschen zeichnen sich dadurch aus, dass sie in der Arbeit das probate Mittel sehen, um sich selbst zu entwickeln. Sie glauben sich nicht wie Zeitpioniere ihrer selbst umso näher, je mehr sie sich den Ansprüchen und Beurteilungen anderer entziehen. Anstatt sich vorrangig jenseits ihrer beruflicher Tätigkeit zu definieren, definieren *sie* sich zuerst durch ihr berufliches Engagement.

In der Beurteilung, wofür im Rahmen dieser Zeitordnung die Zeit fehlt, klaffen die Antworten entsprechend weit auseinander.

Beurteilung der Zeiteinteilung

<i>Flexible Menschen</i>	<i>Zeitpioniere</i>
„Mich stört, dass ich die Arbeit häufig wegen Abendterminen abbrechen muss oder mit Besprechungen von meiner eigentlichen Arbeit abgehalten werden.“	„Ich habe Zeit und kann mir auch Zeit nehmen, wenn ich welche brauche. Wenn mir Zeit fehlt, dann nur deshalb, weil ich sie selbst vertrödelt habe.“
„Mir fehlt die Zeit für intensives Recherchieren und gründliches Durchdenken, um häufiger eigene Projekte anzustoßen. Im Privaten fehlen mir größere Blöcke Freizeit. Eine Vier-Tage-Woche wäre schön, doch wäre mir meine Arbeit dafür viel zu wichtig.“	„Ich hätte gerne noch mehr Zeit, um etwas für meine Fitness oder Weiterbildung zu tun oder einfach nur, um gemütlich herumzusitzen. Aber im Grunde würde mir die vorhandene Zeit reichen.“
„Mir fehlt die Zeit für Schlaf und die Zeit, um zu lesen, weil ich dafür am Abend schlicht zu erschöpft bin. So gar für das Privatleben fehlt mir die Zeit. Insbesondere spontan mit meinem Mann verbrachte Zeit.“	„Mir fehlt es weder an Zeit, noch an Pausen: Es gibt die tägliche Zugfahrt und die Möglichkeit, die Arbeit kurz zu unterbrechen. Aber der Ablauf, dem ich wie die meisten Leute morgens folgen muss, geht mir gegen den Strich. Es stört mich, dass ich nicht stärker meinem Biorhythmus nachgeben kann. Ich würde gerne später aufstehen und dafür bis in die Nacht arbeiten.“

Die Flexiblen Menschen nehmen auf ihre Arbeit bezug, indem sie über die Vielzahl ihrer Verpflichtungen klagen, die sie von der eigentlichen Arbeit am Schreibtisch abhalten. Ihrer Auffassung nach bleibt ihnen zu wenig Zeit für gründliches Recherchieren sowie die Umsetzung eigener Ideen. Dagegen nehmen sich Klagen über mangelnde Regenerationszei-

ten zweitrangig aus, ebenso wie die Bemerkung, dass die Zeit für Partnerschaft zu knapp ausfalle und es an Möglichkeiten mangle, spontane Einfälle unmittelbar weiterzuverfolgen.

Derlei stellt für Zeitpioniere kein drängendes Problem dar. Zwar äußern einige den Wunsch, noch mehr Zeit für die Verfolgung eigener Interessen einsetzen zu können, doch ist der Tenor beherrschend, dass die Gelegenheiten dazu in ausreichender Anzahl vorhanden sind. Mehr als der Inanspruchnahme durch andere wird es hier dem eigenen Zeitmanagement zugerechnet, wenn die vorhandene Menge Zeit nicht ausreichen sollte. Im Übrigen wird die Frage nach fehlender Zeit selten auf die Arbeit bezogen. Dieser Bezug tritt auf, wo die Frage nicht als Frage nach einer *Zeitmenge* verstanden wird: indem Zeitpioniere auch die Werktagen nicht vorrangig mit Arbeit gefüllt wissen wollen, stellt sich die Frage für sie als Frage der *Lage* von Zeiten im Tagesverlauf. Sie hadern also damit, wenn Grenzen der Arbeitszeit zu arbeitsfreier Zeit in Widerspruch zu ihren eigenen Wünschen geraten. Ginge es nach ihnen, würden sie manche Tätigkeiten auf andere Tages- und vor allem Nachtzeiten als die üblichen verlegen. Unter Verweis auf Biorhythmen geben sie in solchen Fällen an, ohne Veränderung der *Zeitspannen* lieber später aufstehen und dafür später mit dem Arbeiten anfangen bzw. enden zu wollen.

Wer schließlich nach der Zeit für Essen und Trinken fragt, erfährt Überraschendes.

Beurteilung der Zeit für Essen und Trinken

Flexible Menschen	Zeitpioniere
„Sicher wäre, mehr Zeit manchmal schön. Aber wenn ich es einmal in Relation zu meinem Tagesablauf betrachte, reicht mir die Zeit.“	„Dafür ist immer genug Zeit. Wenn ich schnell esse, ist das keine Folge äußerer Drucks, sondern Ausdruck des mangelnden Bedürfnisses, langsam zu essen und umgekehrt.“
„Mir ist lediglich wichtig, eine Gelegenheit zum Mittagessen zu finden – alles andere lässt sich irgendwie unterbringen.“	„Auch dafür habe ich ausreichend Zeit, wenn ich sie mir nehme. Allerdings möchte ich immer auch viele andere Dinge tun. Dass das Mittagessen bei mir zweitrangig ist, passt eben zu meiner Lebenssituation.“
„Für das tägliche Abendessen mit meiner Frau nehme ich mir auf jeden Fall Zeit.“	„Leider bestimmt meine Arbeit stark, wann und was ich zu mir nehme: Oft habe ich wenig Zeit und muss zu anderen Zeiten essen und trinken als es mir eigentlich recht ist. Oder ich esse etwas Ungesundes wie ein Croissant, weil z.B. für Obst keine Zeit ist.“

Entgegen der Klage Flexibler Menschen, generell über zu wenig Zeit zu verfügen, sagen die hier Befragten aus, für *diese* Aktivitäten genügend Zeit zu haben. Die Aufklärung dieser Diskrepanz geht aus den Aussagen hervor, die darauf hindeuten, von welcher Art zu essen und zu trinken sie ausgehen. Indem sie ihrer Arbeit sehr großes Gewicht geben, versteht es sich für sie von selbst, nicht mehr als rasch, nebenbei und zwischendurch, d.h. dann, wenn es die Arbeitsabläufe zulassen, etwas zu essen und zu trinken. Solange dies gelingt, gibt es deswegen auch nichts auszusetzen. An dieser Stelle sollte man sich ins Gedächtnis rufen, dass Flexible Menschen – trotz der Schwierigkeiten, auf die Sennett abhebt – auch Protagonisten ihres Lebensstils sind und sicherlich erst in zweiter Linie zu seinen Kritikern gehören.

Wenn die befragten Zeitpioniere ebenfalls angeben, über genügend Zeit für Essen und Trinken zu verfügen, heißt das tatsächlich etwas ganz anderes: Die Vertreter dieses Lebensstils sehen sich in der Lage, sich die Zeit nehmen zu können, die *sie* jeweils benötigen. Wenn sie es wollen, können sie entweder langsam essen oder schnell. Erst, wenn diese Möglichkeit – wie bei der Arbeit – beschnitten wird, sehen sie einen Anlass zur Klage. Dann kommt es auch zu der erwarteten Reaktion: die gleiche Uhrzeit für Essen und Trinken, die Flexible Menschen der Arbeit reichen mag, erscheint *ihnen* zu knapp.

Lenkt man den Blick auf die werktägliche Varianz der Mahlzeiten, ergibt sich, dass die Flexible Menschen oft von einem regelmäßigen Mittagessen ausgehen, weil sie auf dessen Einhaltung selbst Wert legen.

Varianz der Mahlzeiten

Flexible Menschen

„Das Mittagessen ist eine Art Ritus – da geht sogar der Vorstand mit hin. Da liegen normalerweise auch keine Termine.“

„Die Mahlzeitenfolge ändert sich, wenn ich auswärts zu tun habe. Dann kann ich mir Mahlzeiten nur einbauen, wo sich gerade eine Gelegenheit ergibt. Ansonsten bin ich bestrebt, durch das Mittagessen etwas Routine in meinen Tagesverlauf zu bringen.“

„Sofern keine Abendtermin ansteht, wiederholt es sich. Ich will die Mittags- und Abendmahlzeit mit meiner Frau als Fixpunkte einhalten.“

Zeitpioniere

„Die Mahlzeiten stehen nicht gleich fest: das Frühstück steht felsenfest, das Mittagessen fest und das Abendessen weniger fest.“

„Wann ich zum Essen komme ist nicht durch die Uhr festgelegt. Meist sind es zwar trotzdem ungefähr die gleichen Zeiten, aber z.B. koche ich manchmal gleich nach Betreten der Wohnung etwas, weil ich beim Einkaufen Lust dazu bekommen habe.“

„Ich esse nach Bedarf und nicht dann, wann es die Uhrzeit verlangt. Eine Ausnahme mache ich nur, wenn ich mit anderen verabredet bin.“

Sofern die Erfordernisse der Arbeit ihr nicht zuwiderlaufen, scheint diese Mahlzeit dazu geeignet, für sie zu einem Fixpunkt im stürmischen Verlauf der Werktagen zu werden. Das dürfte zum Ersten an der allgemeinen Akzeptanz einer Mittagspause liegen, die es Flexiblen Menschen gestattet, ihre Arbeit guten Gewissens zu unterbrechen; zum Zweiten dürfte es daran liegen, dass das Mittagessen im Unterscheid zum einsamen Snack eine für alle *absehbare* Gelegenheit darstellt, um sich *zwanglos* mit Kollegen und Vorgesetzten zu treffen und sich zu unterhalten. Wie die weit verbreitete Wertschätzung eines gemeinsamen Abendessens zu Hause an anderer Stelle belegt, können Mahlzeiten also nicht nur anderen Abläufen eingepasst werden, sondern sich ebenso als Episoden mit eigenem Wert behaupten.

Eine Mahlzeit von ähnlichem Wert findet man in den Ausführungen der Zeitpioniere zu ihren Werktagen nicht. Zwar lässt sich ihren Aussagen entnehmen, dass auch sie nicht zu täglich wechselnden Zeiten essen und trinken; zugleich ist aber festzuhalten, das sie sich nicht sonderlich darum bemühen würden. Ihnen scheint schlicht die Notwendigkeit zu fehlen, in der Einhaltung bestimmter Mahlzeiten Schutz vor den Ansprüchen der Arbeit bzw. den eigenen Ansprüchen zu suchen. Von der Arbeitszeit abgesehen, interpretieren sie das Zustandekommen von Mahlzeiten eher als Folge der Frage, ob *sie Lust* dazu haben, zu dieser oder jener Gelegenheit etwas zu essen oder trinken. Das ist keineswegs banal oder mit reiner Zufälligkeit gleichzusetzen sondern: anders als beim vorfixierten Zeitpunkt müssen z.B. bei der Verabredung mit Freunden neben Zeiten auch noch Gefühlslagen abgestimmt werden.

