



Front Coronavirus #WIRSINDZUKUNFT Schweiz Abstimmungen Zürich Bern Basel [Mehr](#) ▾

Front | Wirtschaft | [14 Arbeitstage pro Jahr weniger – Die Arbeitszeit sinkt – doch fast niemand merkt etwas davon](#)

Publiziert 19. November 2021, 05:04

14 ARBEITSTAGE PRO JAHR WENIGER

Die Arbeitszeit sinkt – doch fast niemand merkt etwas davon

Schweizerinnen und Schweizer arbeiten jährlich 115 Stunden weniger als noch vor zehn Jahren. Trotzdem haben die meisten Arbeitnehmenden das Gefühl, mehr zu arbeiten. Schuld ist die Digitalisierung.



von
Barbara Scherer

Darum gehts

- Die jährliche Arbeitszeit hat seit 2010 um fast 14 Tage abgenommen.
- Das zeigt eine aktuelle Erhebung des Bundesamts für Statistik.
- Trotzdem hat ein Grossteil der Arbeitnehmenden das Gefühl, mehr zu arbeiten.
- Das liegt auch an der Digitalisierung.

2020 arbeiteten Schweizerinnen und Schweizer im Schnitt 1495 Stunden. Das sind 115 Stunden weniger als 2010. Damit ist die Arbeitszeit hierzulande um fast 14 Tage pro Jahr gesunken, wie das Bundesamt für Statistik BfS mitteilt.

Dieser Rückgang lasse sich mit der Zunahme der Teilzeitarbeit, Ferien und bestimmter Abwesenheitsgründen sowie mit dem Rückgang von Überstunden erklären. Dabei ist die Arbeitszeit bei Männern mit 5,2 Prozent mehr gesunken als bei Frauen mit 1,1 Prozent.

In der Auswertung des BfS zeigt sich, dass sich die Jahresarbeitszeit bis 2019 um 3,9 Prozent verringert hat. Das entspricht 7,4 Arbeitstagen. In der Corona-Krise ist die Arbeitszeit dann nochmals um 3,4 Prozent gesunken. Das sei hauptsächlich auf die Kurzarbeit zurückzuführen.

In ganz Europa hat die Arbeitszeit zwischen 2010 und 2020 um rund acht Prozent abgenommen. In Deutschland hat die Arbeitszeit in zehn Jahren etwas weniger abgenommen als in der Schweiz – um 6,6 Prozent. In anderen Ländern war der Rückgang aber grösser. So sank die jährliche Arbeitszeit in Italien um 12,3 Prozent, in Österreich um 9,8 Prozent und in Frankreich um neun Prozent.

Dass die Arbeitszeit abgenommen hat, erstaunt Stefan Emmenegger, Geschäftsführer des Schweizerischen HR-Verbands. Denn ein Grossteil der Arbeitnehmenden habe das Gefühl, mehr zu arbeiten: «Die Coronazeit war betreffend Arbeitszeit sicher ein Ausnahmefall. Generell hat unserer Erfahrung nach die Arbeitsbelastung aber in vielen Unternehmen in den letzten Jahren zugenommen.»

Wahrnehmung und Realität stimmen also nicht überein. «Das könnte daran liegen, dass die Intensität der Arbeit zugenommen hat», erklärt Emmenegger. Die Digitalisierung führe dazu, dass die Arbeitnehmenden fast immer und überall erreichbar sind.

Das führe dazu, dass sich ein Arbeitstag lange anfühlt – obwohl die tatsächliche Arbeitszeit kürzer ist. Auch geben viele Unternehmen ihren Angestellten freiwillig fünf, statt nur wie gesetzlich vorgeschrieben vier Wochen Ferien. «Das verkürzt die tatsächliche Jahresarbeitszeit natürlich auch», so Emmenegger.

Arbeit ist anstrengender geworden

Das Problem ist, dass Menschen dazu neigen, die Aufmerksamkeit auf Stresssituationen zu lenken, erklärt Corinne Baumgartner, Arbeitspsychologin beim Organisationsberater Conaptis: «Wir können also real weniger arbeiten, aber wenn es stressig ist, fühlt es sich nach mehr an.»

Das liege auch daran, dass die Komplexität und Dichte der Arbeit zugenommen habe: «Es ist immer mehr Wissensarbeit gefragt und das erfordert eine hohe Konzentration – das ist anstrengend», erklärt Baumgartner. Darum sei es wichtig, regelmässige Pausen bei der Arbeit einzubauen.

Auf eine Aufgabe konzentrieren

Oft helfe es auch, sich auf eine Aufgabe zu konzentrieren. Denn wer verschiedene Tätigkeiten gleichzeitig erledigen will, verbrauche viel Energie und werde ineffizienter. «Weil man sich ständig neu eindenken muss», erklärt Baumgartner. Es schleicht sich das Gefühl ein, wenig erreicht zu haben.

Wer sich zudem bewusst am Ende des Arbeitstages auf das Erreichte konzentriere, steigere die Arbeitszufriedenheit, fühle sich kompetenter und werde gelassener.