Dokumentation

Ausgewählte Studien zu Regelungsfragen des Arbeitszeitgesetzes aus arbeitswissenschaftlicher Sicht

© 2021 Deutscher Bundestag

WD 6 - 3000 - 085/21

Ausgewählte Studien zu Regelungsfragen des Arbeitszeitgesetzes aus arbeitswissenschaftlicher Sicht

Aktenzeichen:	WD 6 - 3000 - 085/21
Abschluss der Arbeit:	24. November 2021
Fachbereich:	WD 6: Arbeit und Soziales

Die Wissenschaftlichen Dienste des Deutschen Bundestages unterstützen die Mitglieder des Deutschen Bundestages bei ihrer mandatsbezogenen Tätigkeit. Ihre Arbeiten geben nicht die Auffassung des Deutschen Bundestages, eines seiner Organe oder der Bundestagsverwaltung wieder. Vielmehr liegen sie in der fachlichen Verantwortung der Verfasserinnen und Verfasser sowie der Fachbereichsleitung. Arbeiten der Wissenschaftlichen Dienste geben nur den zum Zeitpunkt der Erstellung des Textes aktuellen Stand wieder und stellen eine individuelle Auftragsarbeit für einen Abgeordneten des Bundestages dar. Die Arbeiten können der Geheimschutzordnung des Bundestages unterliegende, geschützte oder andere nicht zur Veröffentlichung geeignete Informationen enthalten. Eine beabsichtigte Weitergabe oder Veröffentlichung ist vorab dem jeweiligen Fachbereich anzuzeigen und nur mit Angabe der Quelle zulässig. Der Fachbereich berät über die dabei zu berücksichtigenden Fragen.

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung 4

2. Arbeitszeitgesetz 4

3. Arbeitszeit 4
3.1. Studien und Beiträge der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin 5
3.2. Publikationen des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales 10
3.3. Studien und Beiträge von Gewerkschaften und Stiftungen 10
3.4. Sonstige Studien und Beiträge 11

4. Ruhepausen und Ruhezeit 14

5. Nacht- und Schichtarbeit 15

6. Sonn- und Feiertagsbeschäftigung 17

7. Branchen und Tätigkeiten mit besonderes gesundheitsgefährdender Disposition 17

1. Einleitung

An den Wissenschaftlichen Dienst des Deutschen Bundestages wurde die Frage herangetragen, inwieweit sich Arbeitszeitfehlgestaltungen auf die Gesundheit der Arbeitnehmer[1] auswirken können. Die Dokumentation geht dabei insbesondere auf gesicherte arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse zu den verschiedenen Regelungstatbeständen des Arbeitszeitgesetzes (ArbZG)[2] ein. Aufgrund der Vielzahl von Studien und Materialien kann dabei nur eine Auswahl dargestellt werden, die keinen Anspruch auf Vollständigkeit erhebt.

2. Arbeitszeitgesetz

Das Arbeitszeitgesetz als Schutzgesetz im Sinne von § 823 Absatz 2 Bürgerliches Gesetzbuch (BGB)[3] hat den Zweck die Sicherheit und den Gesundheitsschutz der Arbeitnehmer bei der Arbeitszeitgestaltung zu gewährleisten, Rahmenbedingungen für flexible Arbeitszeiten zu verbessern sowie den Sonntag und die staatlich anerkannten Feiertage als Tage der Arbeitsruhe und der seelischen Erhebung zu schützen (§ 1 ArbZG). Nähere Informationen zum Arbeitszeitgesetz können der Broschüre des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales (BMAS) entnommen werden.

> **„Das Arbeitszeitgesetz“**, BMAS, 2018, abrufbar im Internet unter: https://www.bmas.de/SharedDocs/Downloads/DE/Publikationen/a120-arbeitszeitgesetz.pdf;jsessionid=6EE107607C2EF0E7B973408FC7DF6B05.delivery1-replication?__blob=publicationFile&v=1, (zuletzt abgerufen am 17. November 2021)

3. Arbeitszeit

Die Arbeitszeit darf gemäß § 3 Satz 1 ArbZG werktäglich acht Stunden nicht überschreiten. Nach § 3 Satz 2 ArbZG kann die werktägliche Arbeitszeit auf bis zu zehn Stunden verlängert werden, wenn innerhalb von sechs Monaten oder 24 Wochen im Durchschnitt acht Stunden werktäglich nicht überschritten werden. Als Arbeitszeit gilt nach der Legaldefinition des § 2 Absatz 1 ArbZG „die Zeit vom Beginn bis zum Ende der Arbeit ohne Ruhepausen“. Eine Verlängerung der werktäglichen Arbeitszeit auf mehr als zehn Stunden ist auf individualvertraglicher Grundlage nicht möglich. § 7 Absatz 1 Nr.1 ArbZG gestattet es allerdings den Tarifvertragsparteien, von den Arbeitszeitgrundnormen des § 3 ArbZG abweichende Regelungen in einem Tarifvertrag zuzulassen.

---

1 Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

2 Arbeitszeitgesetz vom 6. Juni 1994 (BGBl. I S. 1170, 1171), das zuletzt durch Artikel 6 des Gesetzes vom 22. Dezember 2020 (BGBl. I S. 3334) geändert worden ist, abrufbar im Internet unter: https://www.gesetze-im-internet.de/arbzg/BJNR117100994.html, zuletzt abgerufen am 4. November 2021.

3 Bürgerliches Gesetzbuch in der Fassung der Bekanntmachung vom 2. Januar 2002 (BGBl. I S. 42, 2909; 2003 I S. 738), das zuletzt durch Artikel 1 des Gesetzes vom 10. August 2021 (BGBl. I S. 3515) geändert worden ist, abrufbar im Internet unter: https://www.gesetze-im-internet.de/bgb/BJNR001950896.html, zuletzt abgerufen am 9. November 2021.

Im Folgenden sollen arbeitswissenschaftliche Studien vorgestellt werden, die untersuchen, inwieweit sich Abweichungen vom Schutzstandard des Arbeitszeitgesetztes auf Gesundheitsschutz und Sicherheit der Arbeitnehmer auswirken können. Sie gehen zunächst auf Erhebungen zur aktuellen Arbeitszeitgestaltung ein und treffen Aussagen zu den Auswirkungen von langen oder unregelmäßigen Arbeitszeiten auf die Gesundheit der Arbeitnehmer. Neben dem Thema der Arbeitszeitgestaltung geht eine Vielzahl von Studien auch auf weitere Regelungen des Arbeitszeitgesetzes ein (Nacht- und Schichtarbeit, Wochenendarbeit usw.), sodass eine genaue Zuordnung zu den einzelnen Gliederungspunkten nicht immer möglich ist. Allgemeine Studien, die mehrere Aspekte des Arbeitszeitgesetzes ansprechen, werden daher in diesem Abschnitt dargestellt und um speziellere Studien in den weiteren Abschnitten ergänzt.

3.1. Studien und Beiträge der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin

Die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) forscht nach eigenen Angaben für eine sichere, gesunde und menschengerechte Arbeitswelt und bietet eine Vielzahl von Publikationen an.

Der von ihr herausgegebene Arbeitszeitreport Deutschland 2016 macht Angaben zu Länge und Lage der Arbeitszeiten, zu flexiblen Arbeitszeiten, Arbeitszeitwünschen und Arbeitszeiten in besonderen Erwerbsformen. Dabei kommt der Report unter anderem zum Ergebnis, dass mit zunehmender Länge der Arbeitszeit der Anteil der Beschäftigten steigt, die über gesundheitliche Beschwerden berichten. Weiterhin wird festgestellt, das Wochenendarbeit mit hoher Beanspruchung hinsichtlich Gesundheit und Zufriedenheit einhergeht. Eine Erkenntnis ist ebenfalls, dass 80 Prozent der Beschäftigten normalerweise zwischen 7 und 19 Uhr arbeiten und Arbeit außerhalb dieser Zeiten tendenziell mit schlechterer Gesundheit und Unzufriedenheit verbunden ist.

In einem Fazit werden die Ergebnisse zusammengefasst:

> „Die Betrachtung hat gezeigt, dass Vollzeitbeschäftigte im Durchschnitt 43,5 Stunden pro Woche und damit knapp 5 Stunden länger als vertraglich vereinbart arbeiten. Teilzeitbeschäftigte arbeiten im Durchschnitt 23,1 Stunden pro Woche und fast drei Viertel von ihnen arbeiten in sogenannter langer Teilzeit zwischen 20 und 34 Wochenstunden.
> […] Die im Durchschnitt längsten Arbeitszeiten weisen Beschäftigte in der Industrie und im Handwerk auf, was unter anderem mit der nur wenig verbreiteten Teilzeitarbeit in diesen Bereichen zu erklären ist. Längere Arbeitszeiten ergeben sich oft aus Überstunden, die häufig betriebliche Gründe haben, wie zum Beispiel ein Arbeitspensum, das in der vereinbarten Arbeitszeit nicht zu bewältigen ist.
> Längere Arbeitszeiten und Überstunden gehen daher häufig auch mit Termin- oder Leistungsdruck, einer Überforderung durch die Arbeitsmenge sowie dem Ausfallen von Arbeitspausen einher. Beschäftigte mit langen oder überlangen Arbeitszeiten sowie häufigen Überstunden berichten mehr gesundheitliche Beschwerden sowie häufig auch eine schlechtere allgemeine Gesundheit, geringere Arbeitszufriedenheit und schlechtere Work-Life-Balance.“

„Arbeitszeitreport Deutschland 2016“, Wöhrmann, A. M. et al., BAuA - Forschung Projekt F 2398, Dortmund 2016, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Berichte/F2398.pdf?__blob=publicationFile&v=9, (zuletzt abgerufen am 10. November 2021)

Der folgende Beitrag stellt die Ergebnisse des Arbeitszeitreports 2016 überblicksartig und in Auszügen dar:

> **„Arbeitszeit in Deutschland: Länge, Lage, Flexibilität der Arbeitszeit und die Gesundheit der Beschäftigten“**, Wöhrmann, A. M., Brenscheidt, F., Gerstenberg, S., in: Rump, J., Eilers, S. (Hrsg.), Arbeitszeitpolitik. Zielkonflikte in der betrieblichen Arbeitszeitgestaltung lösen, IBE-Reihe, Berlin Heidelberg: Springer Gabler 2019, S. 159-177

Der Vergleich der Arbeitszeitbefragungen 2015-2017-2019 der BAuA gibt die Lage in Deutschland vor der Pandemie wieder und stellt einen Überblick über die Gestaltung von Arbeitszeiten im Hinblick auf die Länge, Lage und Flexibilität von Arbeitszeiten im Jahr 2019 dar. Dabei werden die Ergebnisse der BAuA-Arbeitszeitbefragungen 2015, 2017 und 2019 zusammengetragen, um Trends und Veränderungen zu beschreiben. In einem Exkurs steht zudem das Arbeitszeitmuster von Beschäftigten in sogenannten "versorgungsrelevanten Berufen" im Mittelpunkt.

> **„BAuA-Arbeitszeitbefragung: Vergleich 2015 - 2017 - 2019“**, Backhaus, N., Wöhrmann, A. M., Tisch, A. , BAuA, 1. Auflage 2020, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Berichte/F2452-3.pdf?__blob=publicationFile&v=6, (zuletzt abgerufen am 9. November 2021)

Nach den Ausführungen im Themenbereich Arbeitszeit des ebenfalls von der BAuA herausgegebenen „Stressreports Deutschland 2019“ lassen sich atypische Arbeitszeiten (lange Arbeitszeiten, Schichtarbeit, Wochenendarbeit, flexible Arbeitszeiten) und erweiterte Erreichbarkeit als Stressoren kennzeichnen.

> **„Stressreport Deutschland 2019 Psychische Anforderungen, Ressourcen und Befinden“** BAuA; 1. Auflage 2020, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Berichte/Stressreport-2019.pdf?__blob=publicationFile&v=8, (zuletzt abgerufen am 9. November 2021)

Die nachfolgende Stellungnahme der BAuA wurde im Rahmen einer Anhörung zum Gesetzentwurf „Entwurf eines Gesetzes zur Änderung des Arbeitszeitgesetzes“ der FDP-Fraktion (Bundestagsdrucksache 19/1174) sowie zum Antrag „Mehr Arbeitszeitsouveränität für Beschäftigte schaffen“ der Fraktion DIE LINKE (Bundestagsdrucksache 19/2522) im Ausschuss für Arbeit und Soziales des Deutschen Bundestags diskutiert.[4]
Nach der BAuA sollte aus arbeitswissenschaftlicher Sicht das Ziel darin bestehen, dass Erwerbstätige über lange Zeit leistungsfähig, belastbar und (bestenfalls) zufrieden mit ihrer Arbeit sind. Insgesamt stellen nach Ansicht der BAuA die momentanen zeitlichen Rahmenbedingungen (8-Stunden-Tag, 40-Stunden-Woche, 11 Stunden Ruhezeit) aus Sicht des Arbeitsschutzes einen Standard für eine gesunde und sichere Gestaltung der Arbeit dar.

Die Stellungnahme führt zum Thema lange Arbeitszeiten und Gesundheit aus:

> „Die Erkenntnislage zum Zusammenhang zwischen langen Arbeitszeiten und möglichen Effekten für die Sicherheit und Gesundheit von Beschäftigten ist sehr umfangreich und kann als

4 Vgl. Bundestagsdrucksache 19/4657.

gesichert gelten. Wiederholt zeigt sich, dass lange Arbeitszeiten mit schlechterer Gesundheit einhergehen. Übersichtsarbeiten berichten Zusammenhänge von langen Arbeitszeiten mit erhöhten gesundheitlichen Beschwerden wie Kopfschmerzen, Schwindelgefühl und gastrointestinalen Beschwerden (Verdauungsbeschwerden), aber auch mit Müdigkeit / Erschöpfung Schlafstörungen, verstärktem Stresserleben sowie einem erhöhten Risiko für Burnout, Depression und übermäßigen Alkoholkonsum. Neuere, großangelegte Meta-Analysen bzw. Multi-Kohorten-Studien zeigen besonders deutlich, dass lange Arbeitszeiten das Risiko für kardiovaskuläre Erkrankungen und Schlaganfälle erhöhen (Bannai & Tamakoshi, 2014; Conway et al., 2017; Kivimäki et al., 2015a; Kivimäki & Kawachi, 2015; Kivimäki et al., 2017; Lee et al., 2016; Theorell et al., 2016; Virtanen et al., 2012)[5] sowie für Typ-2-Diabetes (Bannai Tamakoshi, 2014; Kivimäki et al., 2015b; Lie et al., 2014)[6]. Epidemiologische Studien zeigen zudem eine erhöhte Mortalitätsrate bei sehr langen Arbeitszeiten, wobei u. a. Tätigkeitsinhalte eine moderierende Wirkung hatten. Beschäftigte mit langen Arbeitszeiten weisen zudem ein er-

5 The association between long working hours and health: a systematic review of epidemiological evidence., Akira Bannai, Akiko Tamakosh, Scandinavian journal of work, environment & health, 2014, 40 (1), 5-18, abrufbar im Internet unter: https://pdfs.semanticscholar.org/fdaa/1c5738c6ae7f4be5b7624203690004aea660.pdf?_ga=2.193344111.395098559.1637224687-155695047.1637224687, zuletzt abgerufen am 18. November 2021.

Long working hours and risk of coronary heart disease and stroke: a systematic review and meta-analysis of published and unpublished data for 603 838 individuals, Mika Kivimäki u.a., 2015, abrufbar im Internet unter: https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS0140-6736(15)60295-1.pdf, zuletzt abgerufen am 18. November 2021.

Work Stress as a Risk Factor for Cardiovascular Disease, Mika Kivimäki, Ichiro Kawachi, 2015, abrufbar im Internet unter: https://dash.harvard.edu/handle/1/21459054, zuletzt abgerufen am 18. November 2021.

Effects of stress on the development and progression of cardiovascular disease, Mika Kivimäki , Andrew Steptoe, Nat Rev Cardiol. 2018 Apr15(4):215-229, doi: 10.1038/nrcardio.2017.189. Epub 2017 Dez 7. PMID: 29213140, Zusammenfassung abrufbar im Internet unter: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29213140/, zuletzt abgerufen am 18. November 2021.

A systematic review of studies in the contributions of the work environment to ischaemic heart disease development, Theorell, Jood, KJärvholm, et al., European Journal of Public Health (2016) 26(3) 470-477, Zusammenfassung abrufbar im Internet unter: https://www.mendeley.com/catalogue/68c43b76-678a-3a44-82d4-08ed8f5ea211/, zuletzt abgerufen am 18. November 2021.

Job strain as a risk factor for coronary heart disease: a collaborative meta-analysis of individual participant data, Virtanen et al., 2012, Zusammenfassung abrufbar im Internet unter: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22981903/#affiliation-1, zuletzt abgerufen am 18. November 2021.

6 Long working hours, socioeconomic status, and the risk of incident type 2 diabetes: a meta-analysis of published and unpublished data from 222 120 individuals, Kivimäki et al., 2015, Zusammenfassung abrufbar im Ínternet unter: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25262544/, zuletzt abgerufen am 18. November 2021.

höhtes Risiko für gesundheitsschädliche Verhaltensweisen wie z.B. übermäßigem Alkoholkonsum (Virtanen et al., 2015)[7] bzw. Übergewicht und Fettleibigkeit auf (Kim et al., 2016).[8] Zudem werden Schlafstörungen und psychische Erkrankungen wie Depressionen oder Burnout bei langen Arbeitszeiten berichtet (Amlinger-Chatterjee, 2016; Bannai & Tamakoshi, 2014; Harvey et al., 2017; Hu, Chen & Cheng, 2016; Lie et al., 2014; Nixon et al., 2011; Ogawa et al., 2018; Virtanen et al., 2018; Watanabe, Imamura & Kawakami, 2016).[9] Zudem treten bei langen Arbeitszeiten häufig auch weitere belastende Arbeitsbedingungen auf, wie z. B. eine hohe Arbeitsintensität, häufiger Ausfall von Ruhepausen oder ständige Erreichbarkeit (BAuA, 2016). Die Kumulation dieser Belastungsfaktoren intensiviert dann die negativen Auswirkungen von langen Arbeitszeiten auf die Gesundheit und das Wohlbefinden. Darüber hinaus können (über)lange Arbeitszeiten die Vereinbarkeit von Arbeit und Privatleben erschweren (Beermann et al., 2017; Karhula et al., 2017; Ng & Feldman, 2008). Der BAuA-Arbeitszeitreport (2016) zeigt, dass Beschäftigte, die 48 Stunden oder mehr in der Woche arbeiten, die größten Verkürzungswünsche in Bezug auf die Wochenarbeitszeit haben. Im Durchschnitt möchten sie knapp 42 Stunden in der Woche arbeiten. Im Vergleich zu Vollzeitbeschäftigten, die unter 48 Stunden arbeiten, haben Beschäftigte mit überlangen Arbeitszeiten insgesamt häufiger gesundheitliche Beschwerden und sind seltener zufrieden mit ihrer Work-Life Balance."

Die Erkenntnisse zu langen Arbeitszeiten und Unfällen werden wie folgt zusammengefasst:

„Neben ungünstigen Einflüssen auf die Gesundheit zeigen sich negative Zusammenhänge zwischen langen werktäglichen Arbeitszeiten und der Arbeitsleistung bzw. -produktivität der Beschäftigten sowie dem Unfallgeschehen am Arbeitsplatz (Fischer et al., 2017; Folkard & Lombardi, 2006; Lo et al., 2016; Rodriguez-Jareño et al., 2014; Uehli et al., 2014). Umfassend belegt ist, dass die Dauer der täglichen und wöchentlichen Arbeitszeit mit der Höhe des Risikos für Fehlhandlungen und arbeitsbedingte Unfälle zusammenhängt (Nachreiner et al., 2010; Rodriguez-Jareño et al., 2014; Tucker & Folkard, 2012; Wagstaff & Lie, 2011). Das Unfallrisiko steigt dabei jenseits der achten Arbeitsstunde exponentiell an, so dass Arbeitszeiten über zehn Stunden täglich hinaus als hoch riskant erscheinen."

„Arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse zu Arbeitszeit und gesundheitlichen Auswirkungen", Beermann, B. et al., BAuA, März 2019, abrufbar im Internet unter:

---

7 Long working hours and alcohol use: systematic review and meta-analysis of published studies and unpublished individual participant data, Virtanen et al., 2015, abrufbar im Internet unter: https://www.bmj.com/content/bmj/350/bmj.g7772.full.pdf, zuletzt abgerufen am 18. November 2021.

8 Long working hours and overweight and obesity in working adults, Kim et al., 2016, abrufbar im Internet unter: https://aoemj.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/s40557-016-0110-7.pdf, zuletzt abgerufen am 18. November 2021.

9 The Associations Between Long Working Hours, Physical Inactivity, and Burnout, Nien-Chih Hu , Jong-Dar Chen, Tsun-Jen Cheng, Zusammenfassung abrufbar im Internet unter: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27158959/, zuletzt abgerufen am 18. November 2021.

Working hours and the onset of depressive disorder: a systematic review and meta-analysis, Kazuhiro Watanabe, Kotaro Imamura , Norito Kawakami, Zusammenfassung abrufbar im Internet unter: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27852890/, zuletzt abgerufen am 18. November 2021.

https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Fokus/Arbeitszeiten.pdf?__blob=publicationFile&v=3, (zuletzt abgerufen am 9. November 2021)

Nach Angaben der BAuA zielt das Projekt Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt - Wissenschaftliche Standortbestimmung

> „darauf ab, psychische Belastungsfaktoren bezogen auf den gesicherten Stand der Wissenschaft zu bewerten, Aufschluss über neue Arbeitsanforderungen durch den Wandel der Arbeit zu gewinnen sowie offene Forschungsfragen zu identifizieren.
> Nach einer Beschreibung der Projektziele und der Vorgehensweise werden die Projektergebnisse dargestellt, gegliedert in die Themenfelder "Arbeitsaufgabe", "Führung und Organisation", "Arbeitszeit", "Technische Faktoren", "Gestaltungsansätze" und "Psychische Gesundheit". Im Ergebnis konnten die Zusammenhänge von mehr als 20 Arbeitsbedingungsfaktoren mit psychischen Störungen, Muskel-Skelett- und Herz-Kreislauferkrankungen, dem Befinden, Beschwerden und der Leistung analysiert und beschrieben werden. In der Mehrzahl traten konsistente Zusammenhänge zwischen den Arbeitsbedingungsfaktoren und der psychischen Gesundheit auf, die eine Einteilung der Arbeitsanforderungen in Stressoren und Ressourcen erlauben.“

„Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt - Wissenschaftliche Standortbestimmung“, Rothe, I. et al., BAuA, 2017, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Berichte/Psychische-Gesundheit.pdf?__blob=publicationFile&v=14, (zuletzt abgerufen am 18. November 2021)

Der Arbeitsbedingungsfaktor "Atypische Arbeitszeiten" gehört im Rahmen der oben genannten Studie zum Themenfeld "Arbeitszeit". Der folgende Bericht untersucht die Frage, ob sich Schichtarbeit, lange Arbeitszeiten, Wochenendarbeit und flexible Arbeitszeiten auf die Gesundheit auswirken.

„Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt - Atypische Arbeitszeiten“, Amlinger-Chatterjee, M., BAuA, 2016, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Berichte/F2353-3a.pdf?__blob=publicationFile&v=7, (zuletzt abgerufen am 11. November 2021)

Der Zusammenhang zwischen belastenden Arbeitszeiten (zum Beispiel von überlanger Dauer, ohne ausreichende Ruhepausen und Ruhezeiten) und gesundheitlichen (physischen und psychischen) Beeinträchtigungen wird auch im folgenden Forschungsbericht beschrieben.

„Gesundheitliche und soziale Auswirkungen langer Arbeitszeiten“, Wirtz, A., BAuA, 2010, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Berichte/Gd59.pdf?__blob=publicationFile&v=2, (zuletzt abgerufen am 11. November 2021)

Im Folgenden sind weitere Publikationen der BAuA zum Thema aufgeführt:

„BAuA-Arbeitszeitbefragung: Pendeln, Telearbeit, Dienstreisen, wechselnde und mobile Arbeitsorte“, Wöhrmann, A. M. et al., BAuA, 1. Auflage 2020, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Berichte/F2452.pdf?__blob=publicationFile&v=7, (zuletzt abgerufen am 11. November 2021)

„Flexible Arbeitszeitmodelle - Überblick und Umsetzung“, BAuA, 2. Auflage, Oktober 2019, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Praxis/A49.pdf?__blob=publicationFile&v=12, (zuletzt abgerufen am 11. November 2021)

3.2. Publikationen des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales

Der Ausschuss für Arbeitsmedizin beim BMAS hat arbeitsmedizinische Empfehlungen zum Erhalt der Beschäftigungsfähigkeit für ein ganzes Erwerbsleben erstellt, die sich insbesondere an Betriebsärzte richten.

„Erhalt der Beschäftigungsfähigkeit - Arbeitsmedizinische Empfehlung“, Ausschuss für Arbeitsmedizin beim BMAS, 2018, abrufbar im Internet unter: https://www.bmas.de/SharedDocs/Downloads/DE/Publikationen/a452-erhalt-beschaeftigungsfaehigkeit.pdf?__blob=publicationFile&v=1, (zuletzt abgerufen am 17. November 2021)

Das Weißbuch Arbeiten 4.0 fasst die Schlussfolgerungen aus dem Dialog „Arbeiten 4.0“ zusammen und schlägt unter anderem die Einführung einer Wahlarbeitszeit vor.

„Weißbuch Arbeiten 4.0“, BMAS, 2016, abrufbar im Internet unter: https://www.bmas.de/DE/Service/Publikationen/a883-weissbuch.html, (zuletzt abgerufen am 17. November 2021)

3.3. Studien und Beiträge von Gewerkschaften und Stiftungen

Ganz aktuell setzt sich der Deutsche Gewerkschaftsbund (DGB) in seinen Pressemitteilungen mit dem Sondierungspapier[10] der SPD-Fraktion, der Fraktion BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN und der FDP-Fraktion auseinander, indem Absichten zur Flexibilisierung des Arbeitsschutzgesetzes beschrieben sind.

Pressemitteilung vom 5. November 2021 **„Das steckt im Sondierungspapier zum Thema Arbeitszeit - und das fehlt dem DGB“**, Deutscher Gewerkschaftsbund, abrufbar im Internet unter: https://www.dgb.de/bundestagswahl-2021/++co++2c57d47c-3e27-11ec-9470-001a4a160123, (zuletzt abgerufen am 16. November 2021)

Pressemitteilung vom 23. November 2021 **„Droht Erhöhung der täglichen Arbeitszeit? Koalitionsverhandlungen: Keine Experimente beim Arbeitszeitgesetz“**, Deutscher Gewerkschaftsbund, abrufbar im Internet unter: https://www.dgb.de/bundestagswahl-2021/sondierungspapier/++co++b1745cae-3c8b-11ec-a0aa-001a4a160123, (zuletzt abgerufen am 23. November 2021)

---

10 Ergebnis der Sondierungen zwischen SPD, BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN und FDP, abrufbar im Internet unter: https://www.spd.de/fileadmin/Dokumente/Sonstiges/20211015_Ergebnis_Sondierungen.pdf, zuletzt abgerufen am 18. November 2021.

Dabei wird auf eine sehr aktuelle Studie des Wirtschafts- und Sozialwissenschaftlichen Instituts (WSI) in der Hans-Böckler-Stiftung Bezug genommen, die feststellt, dass ohne eine tägliche Arbeitszeitgrenze die Erholung leidet und es zu deutlich mehr Überstunden ohne Zeiterfassung kommt.

> **„Flexibilisierung der Arbeitszeit: Warum das bestehende Arbeitszeitgesetz und eine gesetzliche Arbeitszeiterfassung wichtig sind"**, Lott, Y., Ahlers, E., WSI, 2021, abrufbar im Internet unter: https://www.boeckler.de/fpdf/HBS-008176/p_wsi_report_68_2021.pdf, (zuletzt abgerufen am 15. November 2021)

Eine gesetzliche Pflicht zur Arbeitszeiterfassung, wie mit der Entscheidung des Gerichtshofs der Europäischen Union (EuGH) im Mai 2019 gefordert, spielt bei der Diskussion über Arbeitszeiten in diesem Zusammenhang eine wichtige Rolle.[11]

In der folgenden Studie werden Arbeitszeitwünsche und deren Auswirkungen auf Gesundheit und Zufriedenheit betrachtet. Demnach klaffen „gewünschte und tatsächliche Arbeitszeiten […] bei vielen Beschäftigten weit auseinander. Frauen, vor allem Teilzeitbeschäftigte, würden gerne länger und Männer mit langen Arbeitszeiten gerne kürzer arbeiten. Mit beträchtlichen individuellen und sozialen Wohlfahrtsgewinnen ist zu rechnen, könnten die Zeitwünsche Wirklichkeit werden. Die Beschäftigten wären zufriedener mit ihrer Arbeit und Gesundheit, Zeitstress könnte gemindert, Gesundheitskosten könnten verringert werden."

> **„Arbeitsdiskrepanzen mindern Zufriedenheit mit Arbeit und Gesundheit**", Wenzel, M. et al., in: WSI-Mitteilungen: Monatszeitschrift des Wirtschafts- und Sozialwissenschaftlichen Instituts in der Hans-Böckler-Stiftung. - 70 (2017), 4, Seite 287-294, abrufbar im Internet unter: https://www.nomos-elibrary.de/10.5771/0342-300X-2017-4-287/arbeitszeit-diskrepanzen-mindern-zufriedenheit-mit-arbeit-und-gesundheit-jahrgang-70-2017-heft-4?page=1, (zuletzt abgerufen am 16. November 2021)

Die Studie geht auf die Datenlage zu Arbeitszeitbedürfnissen und -verhältnissen in kleineren und mittleren Unternehmen (KMU) ein.

> **„(Arbeits)ZEIT zu gestalten! Potenziale flexibler und selbst- bestimmter Arbeitszeitmodelle in KMU"**, Müller-Wieland, R., Hochfeld, K., Friedrich-Ebert-Stiftung Forum Politik und Gesellschaft, 2017, abrufbar im Internet unter: https://www.researchgate.net/publication/329253716_ArbeitsZEIT_zu_gestalten_Potenziale_flexibler_und_selbst-bestimmter_Arbeitszeitmodelle_in_KMU, (zuletzt abgerufen am 16. November 2021)

3.4. Sonstige Studien und Beiträge

Im IAG Report 2/2019 „Arbeitszeit sicher und gesund gestalten" stellt das Institut für Arbeit und Gesundheit der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (IAG) aktuelle Befunde und Empfeh-

---

11 EuGH-Entscheidung zur Arbeitszeiterfassung vom 14. Mai 2019 (C-55/18), abrufbar im Internet unter: https://curia.europa.eu/juris/document/document.jsf?docid=214043&mode=req&pageIndex=1&dir=&occ=first&part=1&text=&doclang=DE&cid=827853, zuletzt abgerufen am 22. November 2021.

lungen zusammen. Unter anderem stehen dabei die Auswirkungen von Dauer, Lage und Variabilität der Arbeitszeit einschließlich der psychischen Belastung im Vordergrund. Weiterhin beschäftigt sich der Report mit Pausen und Ruhezeiten, Nacht- und Schichtarbeit, der Entgrenzung von Arbeitszeit und erweiterter arbeitsbedingter Erreichbarkeit sowie dem zeitflexiblen Arbeiten und der Gestaltung von Lebensarbeitszeit.

> **„IAG Report 2/2019: Arbeitszeit sicher und gesund gestalten, Aktuelle Befunde und Empfehlungen“**, Becker, M. / Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. (DGUV), Dezember 2019, abrufbar im Internet unter: https://publikationen.dguv.de/widgets/pdf/download/article/3669, (zuletzt abgerufen am 11. November 2021)

Das systematische Review zum Zusammenhang der Arbeitszeitverkürzung (bei vollem Gehalt) und psychischer Gesundheit auf der Grundlage vorhandener Studien, stellt fest, dass eine Arbeitszeitverkürzung die arbeitsbedingten Belastungen reduzieren kann und damit zu einer besseren psychischen Gesundheit beiträgt.

> **„Arbeitszeitgestaltung in der digitalisierten Arbeitswelt: Ein systematisches Literatur Review zur Wirkung von Arbeitszeitverkürzung in Bezug auf die psychische Gesundheit“,** Jansen-Preilowski, Paruzel&Maier, 2020, abrufbar im Internet unter: https://link.springer.com/article/10.1007/s11612-020-00530-0#Sec10, (zuletzt abgerufen am 10. November 2021)

Die gemeinsame Studie der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und der Internationalen Arbeitsorganisation (International Labour Organization - ILO) kommt in einer ersten globalen Analyse zum Ergebnis, dass nach neuesten Schätzungen lange Arbeitszeiten im Jahr 2016 zu 745 000 Todesfällen durch Schlaganfall und Herzkrankheiten führten und somit zu einem Anstieg um 29 Prozent seit dem Jahr 2000.

> „Die Studie kommt zu dem Schluss, dass eine Arbeitszeit von 55 oder mehr Stunden pro Woche mit einem geschätzten 35 Prozent höheren Risiko für einen Schlaganfall und einem 17 Prozent höheren Risiko, an einer ischämischen Herzerkrankung zu sterben, verbunden ist, verglichen mit einer Arbeitszeit von 35-40 Stunden pro Woche.
>
> Außerdem nimmt die Zahl der Menschen zu, die lange arbeiten und liegt derzeit bei 9 Prozent der Gesamtbevölkerung weltweit. Dieser Trend setzt noch mehr Menschen dem Risiko von arbeitsbedingter Behinderung und frühem Tod aus.“

> Presseinformation vom 17. Mai 2021 **„Lange Arbeitszeiten erhöhen die Todesfälle durch Herzkrankheiten und Schlaganfall“** der ILO in Zusammenarbeit mit der WHO, abrufbar im Internet unter: https://www.ilo.org/berlin/presseinformationen/WCMS_792098/lang--de/index.htm, (zuletzt abgerufen am 16. November 2021)

zur Studie

> **„Global, regional, and national burdens of ischemic heart disease and stroke attributable to exposure to long working hours for 194 countries, 2000–2016: A systematic analysis from the WHO/ILO Joint Estimates of the Work-related Burden of Disease and Injury“**, Pega,F. et al., in: Environment International ; 154 (2021), September, abrufbar im Internet

unter: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0160412021002208, (zuletzt abgerufen am 16. November 2021)

Die folgende Studie geht noch einen Schritt weiter und untersucht die Auswirkungen von langen Arbeitszeiten und Schichtarbeit auf die nachfolgende Generation. Sie kommt zu dem Ergebnis „[…], dass sich lange Arbeitszeiten von Vätern und Müttern negativ auf Gesundheit und Wohlbefinden ihrer Kinder auswirken. […] Und auch die Gesundheit von Kindern wird von der Schichtarbeit beeinträchtigt, […].“

„Ohne Limit am Limit Lange Arbeitszeiten schaden der Gesundheit – auch der nächsten Generation“, Jianghong Li, WZB Mitteilungen, Heft 170, Dezember 2020, abrufbar im Internet unter: https://bibliothek.wzb.eu/artikel/2020/f-23525.pdf, (zuletzt abgerufen am 16. November 2021)

Aus einer Pressemitteilung der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg vom 16. Januar 2019 geht hervor, dass als Ergebnis einer Studie von Forschern der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg (MLU) und der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU) ein Anstieg der wöchentlichen Arbeitszeit auch nur um eine Stunde dazu führen kann, dass Arbeitnehmer im öffentlichen Dienst ihre eigene Gesundheit schlechter bewerten und deutlich häufiger zum Arzt gehen.

Pressemitteilung vom 16. Januar 2019 **„Studie: Längere Arbeitszeiten können der Gesundheit schaden“** der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, abrufbar im Internet unter: https://pressemitteilungen.pr.uni-halle.de/index.php?modus=pmanzeige&pm_id=3008, (zuletzt abgerufen am 22. November 2021)

Die Studie selbst ist im Internet in englischer Sprache abrufbar.

„Do working hours affect health? Evidence from statutory workweek regulations in Germany“, Cygan-Rehma, K., Wunder, Ch., Labour Economics (2018), Zusammenfassung der Studie ist abrufbar im Internet unter: https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0927537118300502?via%3Dihub, (zuletzt abgerufen am 16. November 2021)

Das Jahrbuch

„Gute Arbeit: Streit um Zeit – Arbeitszeit und Gesundheit“, Schröder, L., Urban, H.-J. (Hrsg.), Ausgabe 2017: Bund-Verlag

fasst eine Vielzahl von Beiträgen zum Thema Arbeitszeit und Gesundheit zusammen unter den Themenbereichen „Konfliktfeld humane Arbeitszeit“, „Arbeitszeiten: Empirische Befunde“, „Arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse zu Arbeitszeiten und Gesundheit“, „Arbeitszeitgestaltung aus gewerkschaftlicher Sicht“ und „Praxiserfahrungen und Praxisbeispiele“.

Ein weiteres Jahrbuch

„Gute Arbeit - Reader 2020: Arbeitsschutz und Digitalisierung- Impulse für eine moderne Arbeitsgestaltung“, Schröder, L. (Hrsg.), 2020: Bund-Verlag

beschäftigt sich mit den Themenfeldern „Digitale Transformation und Gesundheit“, „Arbeitsschutz im digitalen Wandel“, „Flexible Arbeitszeiten und mobile Arbeit“, „Arbeitsgestaltung in der Praxis“ und „Künstliche Intelligenz- ein Ausblick“.

Dieselbe Thematik ist Gegenstand weiterer Veröffentlichungen:

> **„Arbeitszeit in der digitalen Arbeitswelt – Eine arbeitsrechtliche Untersuchung flexibilisierender Gestaltungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung des Gesundheitsschutzes“**, Conzelmann, N., 2017, Gans Verlag
>
> **„Schutz vor psychischen Belastungen durch die Individualisierung des Arbeitszeitrechts“**, Jacobs, S., Theorie und Praxis des Arbeitsrechts, herausgegeben von der Stiftung Theorie und Praxis des Arbeitsrechts, Band 15, 2019, Nomos Verlagsgesellschaft
>
> **„Arbeitszeitpolitik – Zielkonflikte in der betrieblichen Arbeitszeitgestaltung lösen“**, Rump, J., Eilers, S. (Hrsg.), IBE-Reihe, 2018, Springer-Gabler

4. Ruhepausen und Ruhezeit

Nach § 5 Abs. 1 ArbZG müssen Arbeitnehmer nach Beendigung der täglichen Arbeitszeit eine ununterbrochene Ruhezeit von mindestens elf Stunden haben. Dabei gelten alle Zeiten außerhalb der Arbeitszeit als Ruhezeit. Deshalb gehören auch arbeitsgebundene Zeiten, wie zum Beispiel Wegezeiten, zur Ruhezeit. Gemäß § 5 Abs. 2 ArbZG kann die Ruhezeit auf zehn Stunden verkürzt werden, wenn im Gegenzug eine andere Ruhezeit auf zwölf Stunden verlängert wird.

Inwieweit sich Verkürzungen der Ruhezeit auf die Gesundheit von Arbeitnehmern auswirken können, fasst der folgende Beitrag zusammen.

> **„Verkürzte Ruhezeiten: Auswirkungen auf die Gesundheit und die Work-Life-Balance“,** BAuA, 2019, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Bericht-kompakt/Verkuerzte-Ruhezeiten.pdf?__blob=publicationFile&v=6, (zuletzt abgerufen am 11. November 2021)

„Insgesamt haben Beschäftigte mit verkürzten Ruhezeiten mehr psychosomatische Beschwerden (z. B. Rückenschmerzen, Schlafstörungen oder emotionale Erschöpfung) und eine schlechtere Work-Life-Balance als Beschäftigte ohne verkürzte Ruhezeiten. Dieser Zusammenhang ist unabhängig von der jeweiligen Tätigkeit zu beobachten und gilt damit für alle Beschäftigten.“

Der vorstehende Beitrag ist eine Zusammenfassung des folgenden Aufsatzes:

> **„Auswirkungen verkürzter Ruhezeiten auf Gesundheit und Work-Life-Balance bei Vollzeitbeschäftigten: Ergebnisse der BAuA-Arbeitszeitbefragung 2017“,** Backhaus, N. et al., Zeitschrift für Arbeitswissenschaft, 2019, abrufbar im Internet unter: https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs41449-019-00169-8, (zuletzt abgerufen am 11. November 2021)

5. Nacht- und Schichtarbeit

Nachtarbeit bedeutet für die betroffenen Arbeitnehmer eine besondere gesundheitliche Belastung.[12] Deshalb enthält § 6 ArbZG besondere Regelungen zum Schutz der Nacht- und Schichtarbeiter. Ihre Arbeitszeit ist gemäß § 6 Abs. 1 ArbZG nach den gesicherten arbeitswissenschaftlichen Erkenntnissen über die menschengerechte Gestaltung der Arbeit festzulegen.[13] Die BAuA hat dafür einen Leitfaden zur Einführung und Gestaltung von Nacht- und Schichtarbeit erstellt.

> **„Leitfaden zur Einführung und Gestaltung von Nacht- und Schichtarbeit“**, Beermann, B., BAuA, 2005, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Praxis/A23.pdf?__blob=publicationFile&v=2, (zuletzt abgerufen am 23. November 2021)

In Bezug auf die gesundheitlichen Auswirkungen von Nachtarbeit kommt die BAuA zu einem klaren Ergebnis:

> „Das Arbeiten während der Nacht erfolgt gegen biologische und soziale Rhythmen.[…] Dauernachtarbeitende sind durchschnittlich zufriedener mit ihrer Work-Life-Balance als Wechselschichtarbeitende mit Nachtanteil, sie geben aber einen deutlich schlechteren Gesundheitszustand an.[…]
>
> Die Arbeit in Nacht- und Schichtarbeit geht in vielen Fällen mit stärkeren gesundheitlichen Beschwerden einher. Die meist verbreiteten Beschwerden unter Dauernachtarbeitenden sind Schmerzen im unteren Rücken (60%) und allgemeine Müdigkeit, Mattigkeit oder Erschöpfung (56%). Häufig klagen die befragten Dauernachtarbeitenden über körperliche Erschöpfung (44%) und nächtliche Schlafstörungen (43%). Etwa drei von zehn Dauernachtarbeitenden berichten von einem Gefühl der Niedergeschlagenheit (29%) und zwei von zehn beklagen Magen- und Verdauungsbeschwerden (18%).[…]
>
> Dauernachtarbeit ist aus arbeitswissenschaftlicher Perspektive nicht zu befürworten. Gesicherte arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse legen nahe, dass möglichst wenige aufeinanderfolgende Nachtschichten gearbeitet und nach einer Nachtschichtphase eine möglichst lange Ruhephase eingehalten werden sollte.“

> **„Dauernachtarbeit in Deutschland - Arbeit gegen biologische und soziale Rhythmen“,** BAuA, 2020, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Bericht-kompakt/Dauernachtarbeit.pdf?__blob=publicationFile&v=5, (zuletzt abgerufen am 11. November 2021)

---

12 BVerfG 28.1.1992 - 1 BvR 1025/82, 1 BvL 17/83, 1 BvL 10/91, NZA 1992, 270.

13 Die in 14 Regeln zusammengefassten gesicherten Erkenntnisse im Bereich der Nacht- und Schichtarbeit aus Sicht der Europäischen Stiftung zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen (BEST, Bulletin für europäische Schichtarbeitsfragen, Nr. 3, 1991)

Vor dem Hintergrund der Zunahme von älteren Erwerbspersonen in Schicht- und Nachtarbeit beschäftigt sich die nachfolgende Studie mit den Auswirkungen von Schichtarbeit bei Männern und Frauen an der Schwelle zum höheren Erwerbsalter. Im Ergebnis zeigt die Studie,

> „[…] dass Schichtarbeiter vor allem durch ihre Arbeiterstellung und durch physische Expositionen belastet sind. Bei Schichtarbeiterinnen kommt zusätzlich hohe Verausgabung und geringe Belohnung hinzu. Sind diese in Teilzeit tätig, wird die Belastung durch übersteigerte berufliche Verausgabungsbereitschaft verstärkt.
>
> Aus den Ergebnissen der Studie wird geschlussfolgert, dass die Arbeitsbedingungen der Schichtarbeit stärker von Belastungen geprägt sind als Tätigkeiten mit Normalarbeitszeiten. Daher werden zum Erhalt der Arbeitsfähigkeit älter werdender, schichtarbeitender Männer und Frauen weitere spezifische Arbeitsschutz- und Kompensationsmaßnahmen, wie auch eine sensible Personalführung als unabdingbar gefordert. Es wird darauf hingewiesen, dass Arbeitsschutzmaßnahmen dabei vermehrt auch die psychosozialen Arbeitsbedingungen berücksichtigen sollten.“

„Schichtarbeit bei Männern und Frauen an der Schwelle zum höheren Erwerbsalter - Arbeitsumstände und Gesundheitszustand = Shift work among men and women on the threshold to higher working age - working conditions and health status“, Leser, C. et al., in: Das Gesundheitswesen: Sozialmedizin, Gesundheits-System-Forschung, medizinischer Dienst, public health, öffentlicher Gesundheitsdienst, Versorgungsforschung. - 78 (2016), 11, S. 765-771, abrufbar im Internet unter: https://www.thieme-connect.de/products/ejournals/html/10.1055/s-0034-1396850, (zuletzt abgerufen am 16. November 2021)

Die weiteren Beiträge beschäftigen sich ebenfalls mit Auswirkungen von Nacht- und Schichtarbeit.

„Brennpunkt Nachtarbeit – Häufige Arbeitsbelastungen immer noch aktuell“, BAuA, 2015, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Fakten/BIBB-BAuA-15.pdf?__blob=publicationFile&v=3, (zuletzt abgerufen am 11. November 2021)

„Nacht- und Schichtarbeit - ein Problem der Vergangenheit?“, Beermann, B., BAuA, 2008, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Fokus/artikel10.pdf?__blob=publicationFile&v=2, (zuletzt abgerufen am 11. November 2021)

„Schichtarbeit unter Veränderungsdruck- Praxiserfahrungen- Herausforderungen- Zielkonflikte“, Hielscher, V. et al., 1. Auflage 2019, Nomos Verlagsgesellschaft

„Gutachten zu Nachtarbeitszuschlagsregelungen“, Kohte, W., **„Gutachten zu arbeitswissenschaftlichen Erkenntnissen zu Nachtarbeit und Nachtschichtarbeit“**, Langhoff, T., Satzer, R. im Auftrag der Gewerkschaft Nahrung-Genuss-Gaststätten, 2020, Bund-Verlag

6. Sonn- und Feiertagsbeschäftigung

Gemäß § 9 ArbZG dürfen Arbeitnehmer an Sonn- und Feiertagen nicht beschäftigt werden. § 10 ArbZG regelt Ausnahmen zum vorgenannten Beschäftigungsverbot für Arbeiten, die nicht an Werktagen vorgenommen werden können.

Auswirkungen von Sonntagsarbeit werden in der nachfolgenden Studie zusammenfasend wie folgt beschrieben:

> „Die vorliegende Studie demonstriert anhand der Daten aus zwei großen und repräsentativen europäischen Umfragen, dass Arbeit an Sonntagen das Risiko für arbeitsbedingte Unfälle sowie gesundheitliche und soziale Beeinträchtigungen deutlich erhöht."

„Sonntagsarbeit – Auswirkungen auf Sicherheit, Gesundheit und Work-Life-Balance der Beschäftigten", Wirtz, A. et al., 2016, abrufbar im Internet unter: https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/BF03373827.pdf, (zuletzt abgerufen am 23. November 2021)

7. Branchen und Tätigkeiten mit besonderes gesundheitsgefährdender Disposition

Aus den vorgestellten Studien lässt sich als Ergebnis zusammenfassen, dass sich Tätigkeiten mit sehr langen Arbeitszeiten, zu kurzen Ruhezeiten und Ruhepausen, Nacht- und Schichtarbeit und auch Sonntagsarbeit negativ auf die Gesundheit auswirken können. Insbesondere Branchen und Tätigkeiten, bei denen eines oder mehrere dieser Merkmale ausgeprägt sind, werden von negativen gesundheitlichen Auswirkungen eher betroffen sein. Die folgenden Beiträge und Studien beziehen sich dabei beispielhaft auf den sozialen Dienstleistungssektor beziehungsweise versorgungsrelevante Berufe.

Im Exkurs der BAuA- Arbeitszeitbefragung: Vergleich 2015-2017-2019 zu versorgungsrelevanten Berufen wird ausgeführt:

> "Die Versorgungsrelevanz der Berufe spiegelt sich auch in den Arbeitszeitprofilen der Beschäftigten in diesen Berufen wider. Die Dienstleistungen in bzw. die Betreuung von versorgungskritischen Infrastrukturen muss häufig kontinuierlich gewährleistet sein. Daher ist die Arbeit zu atypischen Zeiten weit verbreitet und unvorhersehbare Ereignisse erhöhen die Flexibilitätsanforderungen an die Beschäftigten. Gleichzeitig bestehen weniger Flexibilitätsmöglichkeiten und seltener die Möglichkeit zu Telearbeit. Durch verkürzte Ruhezeiten ist darüber hinaus davon auszugehen, dass Erholung weniger gut möglich ist (Backhaus & Tisch, 2020), sodass die höhere Beanspruchung durch belastende Arbeitszeitbedingungen schlechter kompensiert werden kann. Langfristig sind negative Auswirkungen auf Gesundheit und Work-Life-Balance daher wahrscheinlicher (Backhaus, Brauner&Tisch, 2019a; Beermann et al., 2020)."

„BAuA-Arbeitszeitbefragung: Vergleich 2015 – 2017 – 2019", Backhaus, N. et al., BAuA, 1. Auflage 2020, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Berichte/F2452-3.pdf?__blob=publicationFile&v=6, (zuletzt abgerufen am 9. November 2021)

Weitere Beiträge zum Thema:

„Arbeitszeiten im sozialen Dienstleistungssektor im Länder- und Berufsvergleich“, Hipp, L. et al., in: WSI-Mitteilungen 70 (2017), 3, S. 197-204, abrufbar im Internet unter: https://www.nomos-elibrary.de/10.5771/0342-300X-2017-3-197/arbeitszeiten-im-sozialen-dienstleistungssektor-im-laender-und-berufsvergleich-jahrgang-70-2017-heft-3?page=1, (zuletzt abgerufen am 16. November 2021)

„Arbeitszeit und Belastung - Eine Sonderauswertung auf Basis des DGB-Index Gute Arbeit 2014/15 für den Dienstleistungssektor“, Roth, I. unter Mitarbeit von Schmidt, A. / ver.di – Vereinte Dienstleistungsgewerkschaft, abrufbar im Internet unter: https://innovation-gute-arbeit.verdi.de/++file++5853d9ad24ac06031e280c59/download/Studie%20Arbeitszeit%20und%20Belastung.pdf, (zuletzt abgerufen am 17. November 2021)

„Auswirkungen von Arbeitszeitschichtmodellen auf die Gesundheit von Rettungsdienstpersonal“, in: Zeitschrift Ergo Med- Praktische Arbeitsmedizin, Ausgabe 05/2021, abrufbar im Internet unter: https://www.ergo-med.de/praevention/auswirkungen-von-arbeitszeitschichtmodellen-auf-die-gesundheit-von-rettungsdienstpersonal/, (zuletzt abgerufen am 16. November 2021)

„Retten als Arbeit zwischen Routine und Katastrophe - Gesundheit, Belastungen und Burnout im Rettungsdienst“, Hering, T, Beerlage, I. ,1. 2004, Profil Verlag

Die Homepage der BAuA stellt unter dem Themenbereich Arbeit und Gesundheit vielfältige Informationen und weitere Studien zu arbeitsbedingten Muskel-Skelett-Erkrankungen und dem Einfluss der Arbeit auf Entstehung und Weiterentwicklung von Herzkreislauferkrankungen zur Verfügung. Ein weiteres Themenfeld widmet sich der psychischen Gesundheit.[14]

***

14 Homepage BAuA, abrufbar im Internet unter: https://www.baua.de/DE/Themen/Arbeit-und-Gesundheit/Arbeit-und-Gesundheit_node.html, zuletzt abgerufen am 24. November 2021.