

Ulrike Hellert



dandelion.com

© 2008 [dG-Information Management Consultants](#)  
May be used for personal purposes only or by  
libraries associated to [dandelion.com](#) network.

# Humane Arbeitszeiten

LIT

# Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
1.1	Problemstellung	2
1.2	Aufbau der Arbeit	3
2	Zeit	5
2.1	Chronos und Kairos	5
2.2	Versuch einer Definition	7
2.3	Zeit im Kontext verschiedener Fachrichtungen	8
2.3.1	Philosophische Gedanken zur Zeit	9
2.3.2	Grundlagen zur Zeit in der Physik	13
2.3.2.1	Zentrale physikalische Zeitbegriffe	13
2.3.2.2	Die Relativitätstheorie	14
2.3.2.3	Physikalische Zeitmessung	15
2.3.3	Grundlagen zur Zeit in der Biologie	17
2.3.3.1	Chronobiologie	17
2.3.3.2	Die innere Uhr - „body clock“	19
2.3.3.3	Exogene Zeitgeber	19
2.3.3.4	Gesundheitliche Reaktionen	22

2.3.4	Grundlagen zur Zeit in der Soziologie	24
2.3.5	Grundlagen zur Zeit in der Psychologie	26
2.3.5.1	Psychologische Forschungsbeiträge zur Zeit	26
2.3.5.2	Zeit in Freud's Psychoanalyse	27
2.3.5.3	Die Entwicklung des Zeitbegriffs beim Menschen nach Piaget	28
2.4	Zeitbewusstsein in der Psychologie	29
2.4.1	Zeitperspektive	31
2.4.2	Zeiterleben	34
2.4.3	Der Umgang mit Zeit	36
2.4.3.1	Gesellschaftliche Einflussfaktoren im Umgang mit Zeit	38
2.4.3.2	Vorschläge für einen anderen Umgang mit Zeit	41
2.5	Zusammenfassung	45
3	Arbeitszeit	46
3.1	„Moderne Arbeitszeiten“	46
3.2	Rahmenbedingungen der Arbeitszeitgestaltung	48
3.2.1	Historische Entwicklung der Arbeitszeitstruktur	48
3.2.2	Gesetzliche Regelungen der Arbeitszeit	50
3.2.3	Tarifrechtliche Regelungen der Arbeitszeit	52
3.2.3.1	Tarifvertragliche Grundlagen der Metall- und Elektroindustrie NRW	53
3.3	Die Gestaltung der Arbeitszeit	54

3.3.1	Grundwerkzeuge der Arbeitszeitgestaltung	55
3.3.2	Grundformen der Arbeitszeitgestaltung	56
3.3.2.1	Chronometrische Flexibilisierung	57
3.3.2.2	Chronologische Flexibilisierung	57
3.3.2.3	Flexibilität in der Chronomorphie	59
3.3.3	Systematische Vorgehensweise	61
3.4	Arbeitszeitregelungen in unterschiedlichen Unternehmen	66
3.4.1	Kernarbeitszeiten in einem metallverarbeitendem Unternehmen	66
3.4.2	Gleitzeitkonto mit Kernarbeitszeiten im Großhandel	67
3.4.3	Gleitzeitkonto im Feinkostunternehmen	67
3.4.4	Variable Arbeitszeit - das Ampelkonto in einem Metallbetrieb	68
3.4.5	Bereichsfunktionszeit im industriellen Schichtbetrieb	69
3.4.6	Vertrauensarbeitszeit in einer Druckerei	70
3.4.7	Einordnungsmodell	71
4	Erklärungsmodelle	73
4.1	Belastungs-und Beanspruchungskonzepte	74
4.1.1	Belastungsfaktoren	76
4.1.2	Dimensionen von Belastung	76
4.1.2.1	Die Herkunft von Belastungen	76
4.1.2.2	Die Qualität von Belastungen	76

4.1.2.3	Die Beeinflussbarkeit (Kontrollierbarkeit) von Belastungen	77
4.1.2.4	Die Planmäßigkeit und Voraussehbarkeit von Belastungen	77
4.1.2.5	Die Zeitcharakteristik von Belastungen	78
4.1.2.6	Die Auswirkung von Belastungen auf den Betroffenen	78
4.1.3	Mehrfachbelastungen	78
4.1.4	Kritik und Grenzen des Belastungs- und Beanspruchungskonzeptes	79
4.1.5	Zusammenfassung	80
4.2	Stress	81
4.2.1	Begriffsbestimmung	81
4.2.2	Stresstheorien	84
4.2.2.1	Reaktionszentrierte Stresstheorien	84
4.2.2.1.1	Das Konzept des „aktiven Distress“	86
4.2.2.1.2	Kritikpunkte	87
4.2.2.2	Reizzentrierte Stresstheorien	88
4.2.2.3	Kognitive Stresstheorien	89
4.2.3	Projekt „Psychischer Stress am Arbeitsplatz“	92
4.2.4	Projekte „Bewertung der Beziehungen zwischen psychischer Belastung am Arbeitsplatz und Herzinfarkt“	93
4.2.5	Zusammenfassung	94
4.3	Theorie der Handlungsregulation	95

4.3.1	Einordnung der Handlungsregulationstheorie	95
4.3.2	Grundannahmen	96
4.3.3	Grundmodelle des Arbeitshandelns	98
4.3.4	„Verfahren zur Ermittlung von Regulationserfordernissen in der Arbeitstätigkeit (VERA)" - ein Anwendungsbeispiel	103
4.3.5	Gesundheit als Auswirkung von Handlungsfähigkeit	104
4.3.6	Zusammenfassung	104
4.4	Konzept des Tätigkeits- und Handlungsspielraums	105
4.4.1	Begrifflichkeit	105
4.4.2	Gestaltungsmerkmale eines großen Handlungsspielraums	106
4.4.3	Die Beziehung zwischen Handlungsspielraum und Kontrolle	107
4.4.4	Grenzen der Handlungsspielraumerweiterung	108
4.4.5	Zusammenfassung	108
4.5	Kontrolle	108
4.5.1	Der Begriff Kontrolle	109
4.5.2	Relevante Kontroll-Konzepte	109
4.5.2.1	Kontrolle und Handlungsspielraum	110
4.5.2.2	Kontingenztheoretische Ansätze zur Kontrolle	111
4.5.2.3	Kontrollüberzeugung - das Konstrukt „locus of control of reinforcement"	112

4.5.2.4	Die attributionstheoretische Sicht	114
4.5.2.5	Theorie der Selbstwirksamkeit	115
4.5.3	Studien zur Nichtkontrolle	118
4.5.4	Zusammenfassung	119
4.6	Salutogenese	120
4.6.1	Das Thema Gesundheit in der Arbeitspsychologie	120
4.6.2	Salutogenese - das Konzept	122
4.6.3	Kohärenzgefühl	124
4.6.4	Zusammenfassung	126
4.7	Kapitelzusammenfassung und Annahmen	126
4.7.1	Kriterien humaner Arbeitszeiten	128
4.7.2	Annahmenbildung für humane Arbeitszeiten	131
4.7.3	Arbeitshypothesen	131
5	Methode	134
5.1	Instrumente	135
5.2	Betriebszugang	139
5.3	Untersuchungskollektiv	139
5.4	Durchführung	140
5.5	Statistische Auswertung	141
6	Ergebnisse	143

6.1	Soziodemografische Daten des Befragungskollektivs	143
6.2	Zusammenhang zwischen den Skalen	147
6.3	Überprüfung der Arbeitshypothesen	148
6.3.1	Unterschiede in den Skalen in Abhängigkeit von der Arbeitszeitregelung	149
6.3.2	Multiple Regression	154
6.3.2.1	Lineare Regressionsanalyse	154
6.3.2.2	Logistische Regressionsanalyse	155
6.4	Ergänzende Auswertungen	156
6.4.1	Untersuchungen zum Einfluss der Variable „Familienstand“	156
6.4.2	Ausgewählte Ergebnisse zur Salutogenese	157
6.5	Zusammenfassung	159
7	Diskussion	160
7.1	Bemerkungen zur Methode	160
7.2	Einordnung der Ergebnisse	161
7.3	Gestaltungsempfehlungen	170
8	Zusammenfassung und Ausblick	172
9	Literatur	175

Verzeichnis der Tabellen	185
Verzeichnis der Abbildungen	186
Verzeichnis der Kästen im Text	187
Verzeichnis des Anhangs	187
10      Anhang	188