

Die Flucht vor der Freizeit

Möglichkeiten und Grenzen der 4-Tage-Woche zur Förderung des produktiven
Charakters

Gesunde Gesellschaft nach Fromm

Gesunde Gesellschaft

- Fähigkeit, Mitmenschen zu lieben
- Schöpferisch zu arbeiten
- Vernunft und Objektivität entwickeln
- Selbstgefühl durch Erfahrung
produktive Kräfte

Kranke Gesellschaft

- Gegenseitige Feindseligkeit
- Verwandlung in ein Werkzeug
- Ausbeutung durch andere
- Selbstgefühl nur durch Unterwerfung

„Eine gesunde Gesellschaft fördert produktives Tätigsein eines und einer jeden bei der Arbeit.“

— Erich Fromm, *Wege aus einer kranken Gesellschaft*

Gesellschaftscharaktere



Marketing-Charakter

Der Mensch erfährt sich als Ware mit Tauschwert. Drang, zu den "Gewinnern" zu gehören. Gekennzeichnet von einer inneren Leere. Eine nicht-produktive Orientierung.



Ich-Orientierter Charakter

Streben nach Aufhebung aller Grenzen und alles und sich selbst neu erfinden. Kann sowohl produktiv als auch nicht-produktiv ausgeprägt sein.



Produktive Orientierung

Realisierung der dem Menschen eigenen Möglichkeiten also Gebrauch der eigenen Kräfte (z.B. Vernunft, Liebe).

Die produktive Orientierung nennt Fromm auch Orientierung am **Sein** im Gegensatz zur Orientierung am **Haben**.

Einflussfaktor Geschäftsführung: Motivation & Freiwilligkeit

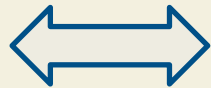
Organisation
(selbstbestimmt)

Land
(gesetzlich /
vertraglich)

Beispiel Frankreich (2000/2002) Lois Aubry

- Widerstand der Arbeitgeber
- Pausenstreichungen
- Kaum effektive Reduktion

Produktivität

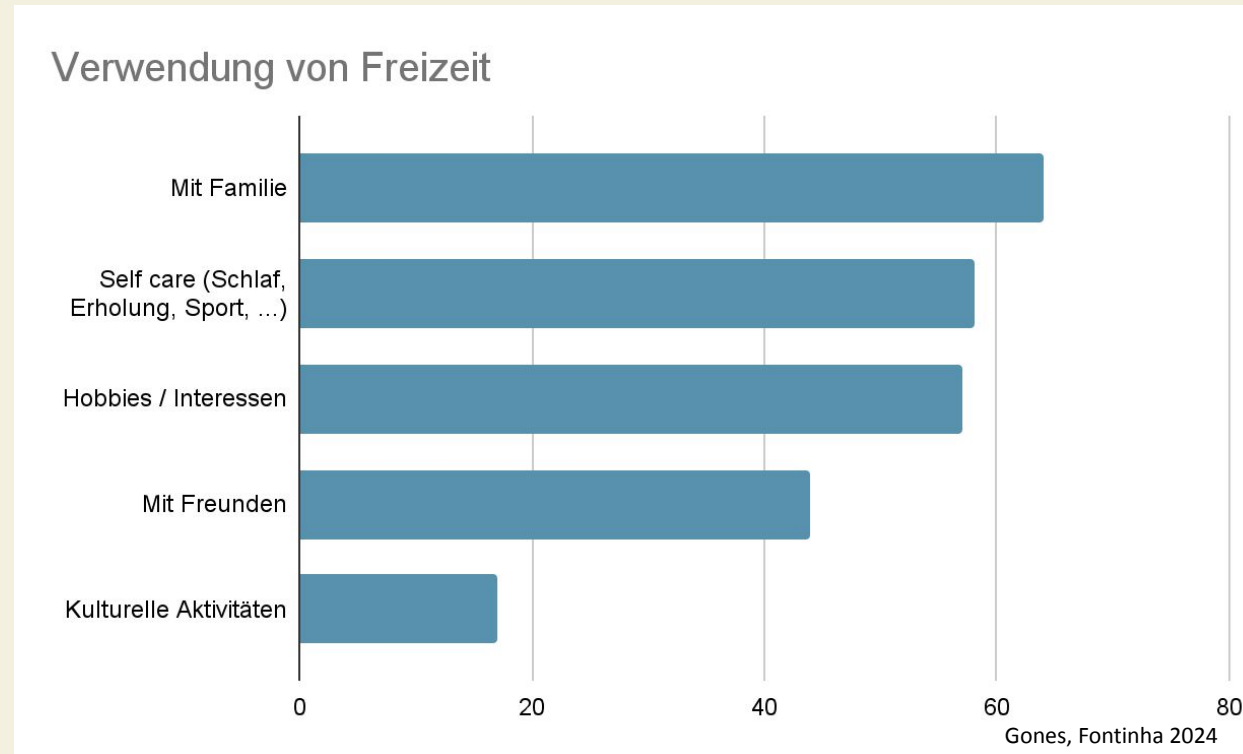


Gesundheit



Aufpassfeld: Reaktion und Haltung der Geschäftsführung bei der Einführung.

Was machen Menschen mit der gewonnenen Zeit?



Es geht (noch) nicht um Zeitwohlstand, sondern um das Decken eines Zeitmangels. Dies allein ist schon ein Gesundheitsgewinn.

Veränderung der Lebensbedingungen dahingehend, dass Arbeitszeit kein einschränkender und kleinhaltender Lebensumstand ist.

Gendernormen

- verschwinden nicht von alleine
- 20% der Männer erhöhen Anteil an Hausarbeit & Carework
- Bei Frauen erhöht sich der Anteil nicht
- Bei Frauen teils aktive Umgestaltung



Die Flucht vor der Freizeit



Die Flucht vor der Freizeit

"Freiheit von" (Das Vakuum)

Die Abwesenheit von Zwang (z.B. durch Arbeitszeitverkürzung). Dies schafft ein Gefühl der Leere, ein Vakuum, das gefüllt werden muss.

"Freiheit zu" (Die Füllung)

Die aktive und produktive Nutzung dieser Freiheit für Kreativität, Bezogenheit und persönliches Wachstum. Die Alternative ist die Flucht in neue Abhängigkeiten und Unterwerfung.

Fluchtmöglichkeiten

Arbeit: Exzessives Arbeiten, zur Wertsteigerung

Selbstoptimierung: Tauschwert erhöhen, Marketing Charakter.

Entgrenzung der eigenen Fähigkeiten, Ich-Orientierter Charakter

Konsum: Der Versuch, die „Erfüllung“ von Aussen nach innen zu lösen.

Die Flucht in die Arbeit

Die 4-Tage-Woche schafft ein solches Vakuum.

Fallbeispiele aus der Schweiz zeigen:

- Ein Mitarbeiter kündigt, da er „nichts mit dem freien Tag anfangen kann“.
- Ein anderer arbeitet freiwillig 5 Tage (bei 4-Tage-Lohn) aus Angst, sonst zum Alkoholiker zu werden.

Arbeit dient als Flucht vor der Leere und der spürbaren Verbindungslosigkeit.



Die Flucht in die Selbstoptimierung

- Sport (knappe halbe Stunde pro Woche)
- Weiterbildungen (15%)
- Self-Care



Die Flucht in den Konsum

„Jemand, der nur noch 20 Stunden in der Woche zu arbeiten hätte, würde zum totalen Konsumenten werden.“

— Erich Fromm, Freiheit in der Arbeitswelt

- Shoppen (14%)
- Restaurantbesuche (9%) vs selbst kochen (7%)

Aufpassfeld: Es bedarf einer niederschweligen Antwort für diejenigen, die der Leere mittels Flucht begegnen würden.



Die Umstrukturierung der Arbeit als Seins-Schule

„Wenn der Mensch in Produktions- und Organisationsprozess passiv ist, ist er das auch in seiner Freizeit. Wenn er seine Verantwortung aufgibt und auf seine Mitbestimmung beim Prozess der Lebenshaltung verzichtet, wird er auch in allen anderen Lebensbereichen die passive Rolle übernehmen.“

— Erich Fromm, *Die Revolution der Hoffnung*

Beispiele gesunder Umgestaltung (1/2)

Weniger Meetings

Reduziert die Zeit, in der Menschen gezwungen sind, passiv zu sein.



Fokuszeiten





Reduziert digitale Überreizung (E-Mails, Pop-ups). Stärkt Konzentrationsfähigkeit und Zeitvielfalt.







Boundary Management

Wirkt der ständigen Erreichbarkeit (Entgrenzung) entgegen. Stärkt das "Nein-sagen", reduziert Stress hilft gegen Selbstaussbeutung und beim Entdecken eigener Bedürfnisse.

Fazit: Beitrag zur Gesundheit

-  **Zeitmangel reduziert:** Grundbedürfnisse (Schlaf, Soziales, Bewegung) werden (besser) erfüllt.
-  **Regt Produktivität an:** Gemeinsames hinterfragen und umgestalten
-  **Gesunde Arbeit:** Reduziert Überreizung, passive, entfremdete Tätigkeiten und fördert aktive Arbeit. Fördert gesunde Arbeitsumgebungen.
-  **Gleichberechtigung:** Ermöglicht eine bessere Verteilung von Care- und Haushaltsarbeit.

Fazit: Bedingungen für den gesellschaftlichen Erfolg

-  **Soziale Integration:** Es braucht die Entwicklung von Angeboten, welche niederschwellig angenommen werden können, damit Menschen, die durch die entstandene Freizeit ihre Themen wahrnehmen, oder bei denen die Arbeit der einzige soziale Ort ist, keine Fluchtmechanismen bedienen müssen.
-  **Motivation:** Es braucht ein besseres Verständnis der Motivation auf das Ergebnis einer Implementierung. Dies ist auch im Kontext von gewerkschaftlichen oder gesetzlichen Anpassungen zu beachten.
-  **Beteiligung:** Die aktive Einbindung aller Mitarbeitenden in die Umgestaltung der Arbeit ist zwingend.
-  **Reflexion:** Kritische Begutachtung der Freizeitaktivitäten (entfremdete Leistungsdynamiken vs. echtes Bedürfnis und Bezogenheit).

Fragen & Diskussion

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.