

Pastorin Renate Fallbrüg über die Veränderungen von Arbeits- und Freizeitstrukturen und die Notwendigkeit der Balance

ANN-BRITT PETERSEN

Während es im Industriezeitalter noch eine klare Trennung zwischen Arbeit und Freizeit gab, sorgt der digitale Wandel für eine allmähliche Aufweichung. Was das in der Gegenwart und in der Zukunft bedeutet, erklärt Renate Fallbrüg, Pastorin und theologische Referentin beim Kirchlichen Dienst in der Arbeitswelt der Nordkirche.

Was meinen wir eigentlich, wenn wir von Freizeit sprechen?

Renate Fallbrüg: Der Begriff ist in Abgrenzung zur Arbeitszeit entstanden.

Wenn die Berufs- oder Schularbeit und auch die Familienarbeit erledigt ist, dann habe ich Zeit zur eigenen Verfügung, über die ich selbst bestimmen kann. Lange sprach man in diesem Zusammenhang auch vom Feierabend. Der Begriff, der heute etwas aus der Mode gekommen ist, stammt aus einer Zeit, als es in der Industriearbeit klare Schichten gab und im Büro die klassische Arbeitszeit von neun bis fünf Uhr vorherrschte.

Welche Auswirkungen hat die Digitalisierung auf unsere freie Zeit?

So eine Vorstellung von Feierabendbier oder dass man weiß, man kann sich dreimal die Woche abends etwas vornehmen wie Singen im Chor, sich mit Freunden verabreden oder Sport machen, bedingt eine feste Struktur der Arbeitszeiten. Doch die wird durch den digitalen Wandel immer mehr aufgeweicht. Die unbeweglichen Großcomputer von früher sind von kleinen handlichen Endgeräten abgelöst worden. Dafür muss man also nicht mehr extra ins Büro fahren, mit dem Smartphone oder Tablet ist man praktisch immer erreichbar. Und es ist komfortabel vom Sofa oder vom Küchentisch aus mal eben schnell zu gucken, ob es noch etwas Wichtiges gibt. Man ist flexibler, aber es greift auch immer mehr in die Freizeit, in die Abendstunden und das Wochenende hinein, wenn man eben noch die dienstlichen Mails



Hier nimmt Renate Fallbrüg persönlich gerne eine Auszeit – im Park des Reinbeker Schlosses.

FOTO: ROLAND MAGUNIA

Ein heilsamer Rhythmus

beantwortet. Auch wenn es sich nicht wie Arbeit anfühlt, ist es doch ein Eingriff in die für private Dinge zur Verfügung stehende Zeit. Die Abgrenzung von der Arbeit fällt schwerer.

Ist es nicht auch von Vorteil, sich dann freizunehmen, wann es am besten passt?

Die digitale Entwicklung macht es in bestimmten Berufen möglich, dass ich flexibler sein kann, etwa von zwölf bis 16 Uhr freimache, um etwas mit den Kindern zu unternehmen, und dafür dann bis abends um zehn Uhr wieder an den Rechner gehe. Es gibt diejenigen, die das begrüßen, weil sie sich ihre individuell gewählten Freiräume schaffen können. Aber es gibt auch die anderen, die sagen, es ist gut, zu wissen, wann ich definitiv Feierabend habe und damit Zeit für etwas anderes. Bestimmte Berufsgruppen haben diese Wahl allerdings nicht, weil sich ihr Job, wie sich auch in der Corona-Zeit zeigte, nicht im Homeoffice machen lässt. Und auch das Einkommen spielt eine Rolle.

Geringverdiener mit mehreren Jobs haben meist weniger Freizeit und Urlaub. Welche Rolle spielt der Sonntag?

Schon in der Bibel heißt es ja, dass Gott nach seiner Schöpfung am siebten Tag ruhte. Und auch im dritten der zehn Gebote wird daran angeknüpft, dass der Mensch den siebten Tag, den Sabbat, als Tag des Herrn heiligen und keine Arbeit verrichten soll. Nach den Evangelien war der Sonntag der Tag der Auferstehung Jesu und wurde besonders gefeiert. Ab dem Mittelalter orientierte sich die Rhythmisierung des Lebens an den kirchlichen Sonntags- und Feiertagsgeboten. Durch die Industrialisierung wurde das teils aufgehoben, aber im späten 19. Jahrhundert wurde der Sonntag per Gesetz zum arbeitsfreien Tag erklärt. Wie bedeutend der Sonntagsschutz ist, zeigt sich auch heute noch. Er bietet für viele nicht nur die Möglichkeit, aus dem Korsett der Alltagsstrukturen herauszukommen, sondern ist auch der Tag, an dem man sich mit anderen treffen kann, weil dann die meisten Menschen nicht arbeiten oder zur Schule gehen müssen. Dass es eine verbindliche Zeit braucht, die es den Menschen ermöglicht, gemeinsam Zeit zu verbringen, ist auch ein Argument für den Erhalt des Sonntagsschutzes.

Wie hat sich die Gestaltung unserer Freizeit verändert?

In der vergangenen Epoche, als man noch viel mehr körperlich gearbeitet hat, genoss man es schon, wenn man in seiner freien Zeit einfach mal sitzen konnte beim Fernsehen oder beim guten Essen. Heute gibt es zumindest in den Gruppen, die sich bestimmte Dinge leisten können, den Anspruch, eine bunte und abwechslungsreiche Freizeit zu erleben. Zudem wachsen die multilateralen Anforderungen, neben der Arbeit und Familie noch sportlich aktiv zu sein und etwas für die Bildung zu tun. So kommt es zu immer mehr Freizeitstress und nicht zum Ausgleich und zur Entspannung, wie es im Rahmen einer ausgewogenen Work-Life-Balance wünschenswert wäre.

Werden wir mit der Entwicklung der künstlichen Intelligenz noch mehr Freizeit haben?

Das ist pauschal nicht zu beantworten, dazu gibt es verschiedene Modelle. Aber sicher ist im Hinblick auf die Entwicklung des heilsamen Rhythmus ehrenamtlich tätig sein, sieben, die nicht unmittelbar uns mit anderen zusammenbringen, ist heute

*Damit die Menschen auch
gemeinsam Zeit
verbringen können,
braucht es verbindliche
Freiräume.*

Pastorin Renate Fallbrüg

lungen, dass die Menschen einen brauchen. Sie wollen beruflich oder wollen aber auch Zeit für Dinge ha-effektiv sind, die Spaß machen und menbringen. Das Ringen um einen uns, der Gemeinschaft und der nötiger denn je zuvor.