

Preis der Doppelbelastung

2.6.2026 - | Leibniz-Gemeinschaft

Lange Arbeitstage rechnen sich nicht für alle: Weil Frauen neben dem Beruf mehr unbezahlte Care-Arbeit leisten als Männer, stoßen sie früher an ihre gesundheitliche Belastungsgrenze.

Ein bislang wenig beachteter Mechanismus zur Erklärung geschlechtsspezifischer Einkommensunterschiede ist die Gesundheit. Eine deutsch-australische Studie von Jianghong Li, Lyndall Strazdin und Kolleg*innen zeigt, dass Frauen schon bei deutlich niedrigeren wöchentlichen Arbeitszeiten Gefahr laufen, körperlich oder psychisch krank zu werden. Grund dafür ist die höhere Belastung, die Frauen durch unbezahlte Arbeit im häuslichen Bereich tragen. Ein Handicap, denn gut bezahlte Jobs gehen in der Regel mit mehr Arbeitszeit einher.

Gut abgegrenzte Nine-to-five-Jobs machen nicht reich. Hohe Gehälter setzen meist lange Arbeitszeiten voraus. Das ist ein Grund dafür, dass der Einkommensunterschied zwischen Männern und Frauen so hartnäckig bestehen bleibt: Lang arbeiten kann eben nur, wer nicht auch noch umfangreiche Pflichten in Haushalt und Familie hat. Solange ein großer Teil der sogenannten Care-Arbeit an den Frauen hängen bleibt, haben sie weniger Kapazitäten, um hohe Gehälter zu verdienen. Dieser Zusammenhang zwischen Arbeitszeit und Einkommen ist in der Forschung gut belegt. Einen neuen Aspekt zur Ungleichheitsforschung fügen jetzt Lyndall Strazdins, Jianghong Li und ihre Teams hinzu: Basierend auf Daten aus Deutschland und Australien zeigen sie die zentrale Bedeutung, die der Gesundheit zukommt.

Die Forschenden beschreiben das Phänomen eines „health ceiling“, also einer Schwelle, ab der der Umfang der Arbeitszeit schädlich für die Gesundheit wird. Bei Männern liegt diese Schwelle bei 45 bis 46 Wochenstunden. Bei Frauen liegt die Schwelle um etwa 10 Stunden niedriger, und die Belastung für die physische und psychische Gesundheit steigt rapide an, je weiter die Arbeitszeit darüber liegt. „Zusammengefasst lässt sich sagen, dass Männer einen kompletten Arbeitstag mehr pro Woche für Erwerbsarbeit zur Verfügung haben“, sagt die WZB-Forscherin und Co-Autorin Jianghong Li. Eine wesentliche Erklärung für diesen Unterschied ist die ungleiche Verteilung unbezahlter Arbeit. Die Autor*innen fügen hinzu: „Und es geht nicht um den bloßen Stundenumfang der Beanspruchung, sondern das Gefühl der Kontrolle über die eigene Zeit.“

Für die Berechnungen wurden Daten des Sozio-oekonomischen Panels (SOEP) für Deutschland und des Household, Income and Labor Dynamics in Australia Survey (HILDA) aus den Jahren 2002 bis 2022 herangezogen, berücksichtigt wurden Personen im Alter von 25 bis 64 Jahren. Zwischen Deutschland und Australien ergeben sich keine wesentlichen Unterschiede. Die Studie belegt, wie eng Ungleichheit im häuslichen Bereich mit Ungleichheit in der Arbeitswelt zusammenhängt. Die Autor*innen plädieren deshalb dafür, dass der Umgang mit Arbeitszeit auch Gegenstand politischer Debatten wird.

Weitere Informationen und Kontakt

Pressemitteilung des Wissenschaftszentrums Berlin für Sozialforschung (WZB)

<https://www.leibniz-gemeinschaft.de/ueber-uns/neues/forschungsnachrichten/forschungsnachrichten-single/newsdetails/preis-der-doppelbelastung>