

# Freizeit

## ENTWICKLUNG DES FREIZEITVERHALTENS

### ANTIKE BIS MITTELALTER

Bereits in der Antike unterschieden die Griechen zwischen Arbeit und Freizeit. Vom griechischen Wort für Freizeit «schole» leitet sich auch das Wort «Schule» ab. Insbesondere Angehörige der höheren Schichten mussten keine körperlichen Arbeiten verrichten, da sie hierfür Sklaven unterhielten. Sie konnten lernen, nachdenken und Gespräche führen und so Wissen und Weisheit erlangen. Doch auch die Sklaven und die Unterschicht verfügten über freie Zeit (ungefähr 60 Tage im Jahr). Freizeit wurde damals jedoch nicht individuell genutzt, sondern vom Staat organisiert und diente dessen Wohl (z. B. Olympische Spiele oder Feste).

Ähnlich hielten es auch die Römer, sie unterschieden ebenfalls zwischen Arbeit und Musse (sprich Freizeit). Insbesondere die herrschende Schicht konnte auch individuellen Annehmlichkeiten nachgehen. Doch auch das einfache Volk verfügte über Freizeit. Diese wurde jedoch weitgehend von den Herrschern gelenkt. Es wurden Spiele oder Wagenrennen veranstaltet und öffentliche Bäder und Parks sowie neue Sportarten entstanden.

Im Mittelalter beschäftigte sich Comenius (1592–1670) mit dem Begriff «Freizeit». Er forderte Erholungspausen zwischen der täglichen Schularbeit.

### FREIZEIT- UND ARBEITSZEITENTWICKLUNG AB 1800

Die Industrialisierung brachte erheblich längere Arbeitszeiten mit sich. Fabrikarbeiter verbrachten oft über 16 Stunden täglich auf der Arbeit. Es gab kein geregeltes Wochenende und «für die [...] Erwerbstätigen wurde die Arbeitszeit bis zur psychisch möglichen Grenze ausgedehnt» (Opaschowski, 1994). Verordnungen von 1815 in den Kantonen Zürich und Thurgau legten beispielsweise die tägliche Arbeitszeit von Kindern bei maximal 12 bis 14 Stunden fest, Realität waren jedoch meist längere Arbeitszeiten. Auch der Begriff der Freizeit stammt aus der Zeit der Industrialisierung: Freizeit wird als die Restzeit, die übrig bleibt, wenn man die Arbeit erledigt hat, definiert. Dank des künstlichen Lichts war man nicht mehr an die Tageszeit gebunden, was zu einem neuen Zeitverständnis führte. Die Uhrzeit löste die Tageszeit zunehmend ab und zeiteffektives Denken weitete sich aus. Gleichzeitig zur steigenden Arbeitsbelastung wuchs auch das Bedürfnis nach Erholung und Kompensation. Einer der ersten Streiks der Fabrikarbeiter von 1837 in Glarus richtete sich beispielsweise gegen die Glocke, die den Beginn und das Ende der Arbeitszeit einläutete.



Abb. 144 | «Die Kartenspieler» von Paul Cézanne. Rauchen und Kartenspielen waren zwei klassische Freizeitaktivitäten im 19. Jahrhundert.



Abb. 145 | Der Europa-Park in Rust eröffnete 1975 und ist heute mit jährlich über 5,5 Millionen Besucherinnen und Besuchern der meistbesuchte Freizeitpark im deutschsprachigen Raum.



Abb. 146 | Unser Freizeitverhalten wurde über die Jahre hinweg aktiver und risikofreudiger. So gewannen auch Extremsportarten wie z. B. Skydiving an Beliebtheit.

### Aufgabenstellung

Stellt Interviewfragen zum Thema «Arbeit und Freizeit» zusammen und befragt eure Grosseltern, Eltern und Mitschüler.

- Wie verbrachte man früher seine Freizeit? Was sind heute beliebte Aktivitäten?
- Wie lange arbeitete man früher? Wie gross ist die Arbeitsbelastung heute?

Ab Mitte des 19. Jahrhunderts forderten die Arbeiter vermehrt kürzere Arbeitszeiten. 1870 gelang es einigen Gewerben (z. B. Typografen, Uhrenhandwerkern oder Bauarbeitern) den Zehn-Stunden-Arbeitstag einzuführen. In den darauffolgenden Jahren wurde die Arbeitszeit in weiteren Gewerben verkürzt. Ab 1880 gab es in der Schweiz Bestrebungen für einen geregelten Acht-Stunden-Arbeitstag. Ab 1889 gilt der 1. Mai als Kampftag für diesen. Realität wurde er 1909 für die Maschinensetzer. Insbesondere nach dem Zweiten Weltkrieg wurden erneut Verkürzungen der Arbeitszeit gefordert. Das Arbeitsgesetz von 1964 beschränkte die wöchentliche Arbeitszeit auf 46 bzw. 50 Stunden, was der heutigen gesetzlichen Maximalarbeitszeit entspricht. Weitere Verkürzungen kamen nur schleppend voran. 1970 bis 2010 reduzierte sich die Arbeitszeit in der Industrie von 44,7 auf 41,2 Stunden, im Baugewerbe von 47,4 auf 41,6 Stunden.

1948 wurde die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte der Vereinten Nationen angenommen und verkündigt. Im 24. Artikel befasst sie sich auch mit dem Thema der Arbeit und Freizeit: «Jeder hat das Recht auf Erholung und Freizeit und insbesondere auf eine vernünftige Begrenzung der Arbeitszeit und regelmäßigen bezahlten Urlaub.»

Mit der zunehmenden Verkürzung der Arbeitszeit änderte sich auch das Freizeitverhalten. War früher die Arbeit der Lebensmittelpunkt, so ist heute u. a. die Freizeit ein wichtiger Lebensbereich. Freizeit ist heute mehr als die blossе Abwesenheit von Arbeit. Sie wurde zum Freiraum, der mit selbst gewählten Aktivitäten gefüllt werden kann und der Unterhaltung, Selbstentfaltung oder der persönlichen Weiterentwicklung dient. Mit steigender freier Zeit haben sich auch die Möglichkeiten, wie diese zu verbringen ist, vervielfältigt. Heute kann man in unzähligen Vereinen sportlichen oder kulturellen Aktivitäten nachgehen. Auch gibt es ein riesiges kommerzielles Freizeitangebot: Restaurants oder Kinos bis zu multifunktionalen Freizeitzentren – der Fantasie sind fast keine Grenzen gesetzt. Weiter beeinflussten Innovationen im Transportwesen (z. B. Billigflüge), der Informations- und Kommunikationstechnologie (z. B. Computerspiele, Internet, Mobiltelefonie) und Unterhaltungselektronik (z. B. Fernsehen) unser Freizeitverhalten massiv.

Stand bis in die 1970er-Jahre, als körperliche Arbeit für einen Grossteil der Bevölkerung Alltag war, Erholung im Zentrum, wird die Freizeit heute aktiver und konsumorientierter verbracht. Die Selbstverwirklichung und die Abwechslung zum Arbeitsalltag gewannen an Bedeutung. Traditionelle Aktivitäten wie der Kirchenbesuch oder der Sonntagsspaziergang wurden durch Sporttreiben, Medienkonsum oder den Besuch von Konzerten, kulturellen Veranstaltungen oder Partys abgelöst.

## FREIZEITVERHALTEN IN DER SCHWEIZ



Abb. 147 | Schweizerinnen und Schweizer besuchen in ihrer Freizeit regelmässig Konzerte.

### BEEINFLUSSENDE FAKTOREN

Unser Freizeitverhalten wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst:

- **Bildungsniveau:** Je höher die Bildung, desto öfter wird z. B. fotografiert, Filme gedreht oder Musik gemacht.
- **Alter:** Sportanlässe werden z. B. hauptsächlich von der jüngeren Schweizer Bevölkerung besucht. Die ältere Schweizer Bevölkerung bevorzugt die Natur.
- **Geschlecht:** Die geschlechtsspezifischen Unterschiede im Freizeitverhalten der Schweizer Bevölkerung sind insgesamt eher gering. Frauen probieren z. B. öfter neue Kochrezepte aus, betätigen sich öfter handwerklich oder dekorieren und basteln mehr. Männer hingegen beschäftigen sich öfter mit Video- und Computerspielen.
- **Sprachregion:** In der Deutschschweiz besuchen die Menschen z. B. öfter Konzerte, Theatervorstellungen oder Kinovorführungen als in der West- oder italienischen Schweiz.
- **Wohnort** (Stadt/Agglomeration/Land): Städter oder Agglomerationsbewohnerinnen besuchen häufiger Kulturinstitutionen (wie z. B. Museen, Theater, Kinos) als die ländliche Bevölkerung.
- **Nationalität:** Über die Hälfte der Schweizerinnen und Schweizer gehen mindestens einmal im Jahr ins Theater. Dem gegenüber stehen 35 % der schweizerischen Bevölkerung anderer Nationalitäten.

### STATISTIKEN ZUM FREIZEITVERHALTEN

Besuch von Kulturinstitutionen: In ihrer Freizeit ... mindestens einmal pro Jahr

- besuchen über 70 % ... ein Museum oder eine Ausstellung,
- besuchen rund 70 % ... ein Konzert, knapp 15 % mind. 7-mal,
- gehen rund zwei Drittel ... ins Kino, knapp 20 % mind. 7-mal,
- gehen rund 50 % ... ins Theater, rund 5 % mind. 7-mal.

Hobbys: In ihrer Freizeit ...

- fotografieren knapp 25 %, etwa 6 % mind. einmal pro Woche,
- zeichnen oder malen gut 20 %, etwa 7 % mind. einmal pro Woche,



Abb. 148 | Wandern, picknicken oder Ausflüge machen sind als Freizeitaktivität beliebt.



Abb. 149 | Schweizerinnen und Schweizer verbringen u. a. viel Zeit auf Social-Media-Websites.

### Aufgabenstellung

Führt eine Woche lang ein Freizeit-tagebuch. Haltet fest, was ihr macht und wie lange ihr dies macht.

Vergleicht euer Freizeitverhalten.

- spielen rund 15% ein Instrument, etwa 12% mind. einmal pro Woche,
- schreiben fast 20% (Gedichte, Kurzromane, Tagebuch usw.), etwa 7% mind. einmal pro Woche,
- tanzen rund 18%, etwa 5% mind. einmal pro Woche.

Freizeitaktivitäten: In ihrer Freizeit ...

- wandern, picknicken oder machen etwa 95% Ausflüge, fast 40% mind. einmal pro Woche,
- treffen etwa 95% Freunde oder Bekannte, fast 40% mind. einmal pro Woche,
- treiben fast 90% Sport, rund 65% mind. einmal pro Woche,
- spielen mehr als 75% Karten- oder Gesellschaftsspiele, rund 15% mind. einmal pro Woche,
- besuchen rund 75% Feste, etwa 2% mind. einmal pro Woche,
- spielen etwa 55% Video- und Computerspiele, fast 30% mind. einmal pro Woche.

### MEDIENVERHALTEN

85% der über 14-jährigen Schweizer Bevölkerung nutzt täglich oder mehrmals pro Woche das Internet (Stand 2016). Im Jahr 1997 betrug der Anteil der regelmässigen Nutzer gerade einmal 7%. Die Internetnutzung hat somit massiv zugenommen. Schlüsselte man die Statistik nach Alter auf, so ergibt sich folgendes Bild: Fast alle 14 bis 39-Jährigen nutzen das Internet regelmässig. Mit zunehmendem Alter sinkt die Internetnutzung. Jedoch nicht so stark, wie man vielleicht glauben mag. Auch in der Altersgruppe 60 bis 69 Jahre nutzen über 70% das Internet regelmässig. Bei den über 70-Jährigen immerhin noch rund 45%. Einerseits ist das Internet heute ein wertvolles und nicht wegzudenkendes Arbeitsinstrument. Doch das Internet prägt auch unser Freizeitverhalten stark mit.

Nebst dem Internet ist auch das Fernsehen ein wichtiger Bestandteil unserer Freizeit. In der Deutschschweiz sehen die Menschen rund 140 Minuten pro Tag fern. In der Westschweiz (etwa 120 min) etwas weniger und in der italienischen Schweiz (etwa 165 min) etwas mehr.

Nebst unserem täglichen Internet- und Fernsehkonsum hören Herr und Frau Schweizer täglich rund 100 Minuten Radio und lesen rund 30 Minuten gedruckte Medien wie z. B. Zeitung, Zeitschriften oder Bücher.



## STELLENWERT VON FREIZEIT



**Abb. 150 | Wenn sich Arbeits- und Privatleben vermischen, besteht die Gefahr des Ausbrennens. Alle Arbeitnehmenden müssen für sich selbst entscheiden, wo sie die Grenze ziehen und wie sie ihre Arbeit und ihr Privatleben unter einen Hut bringen.**

### Aufgabenstellung

Befragt euer Umfeld: Wie viel wird pro Tag/Woche gearbeitet? Wie gelingt der Ausgleich zur Arbeit? Was sind die Schwierigkeiten?

Vergleicht eure Erkenntnisse.

### TEILZEITARBEIT IN DER SCHWEIZ

Gemäss Definition gilt man als teilzeitarbeitend, wenn das Arbeitspensum weniger als 90% beträgt. In den letzten Jahren stieg der Anteil der Teilzeitarbeitenden stetig an. Waren es im Jahr 2000 im Durchschnitt noch rund 30%, so sind es heute fast 40%. Betrachtet man die einzelnen Geschlechter, fällt auf, dass Frauen mit fast 60% deutlich häufiger Teilzeit arbeiten als Männer mit knapp 20%. Einer der Gründe für den stetigen Anstieg der Teilzeitarbeitenden ist der Wunsch nach mehr Freizeit. Die Arbeit soll nicht das gesamte Leben bestimmen.

### ARBEIT UND PRIVATLEBEN

In den letzten Jahrzehnten hat sich die Arbeitswelt radikal gewandelt. Früher war die Arbeit oftmals nur ein Mittel zum Zweck – dem Verdienen des Unterhalts. Heutige Arbeitnehmende stellen andere Anforderungen an ihren Arbeitsalltag. Die Arbeit soll Lust bereiten und Selbstverwirklichung ermöglichen. Gleichzeitig wandelten sich auch die Forderungen der Arbeitgebenden. Ein moderner Arbeitnehmer soll flexibel und kreativ sein. Er soll seine Persönlichkeit in den Job einbringen. Selbstverständlich gehört Kundenfreundlichkeit, auch im Umgang mit schwierigen Kunden, dazu. Zudem soll er möglichst immer erreichbar sein. All dies führt dazu, dass für viele die Arbeit omnipräsent wird und der Stress von der Arbeit mit nach Hause genommen wird. Dies wiederum wirkt sich auch auf das Familienleben aus. Vorwürfe wie nicht wirklich da zu sein oder nicht abschalten zu können sind keine Seltenheit. Insbesondere für Führungskräfte oder Kreative ist die Abgrenzung von Arbeit und Freizeit schwierig. Fragt man beispielsweise Führungsleute nach ihrer Arbeitszeit, tönt es oftmals ähnlich: «Ich stehe früh auf und komme spät nach Hause. Die Arbeitszeit zähle ich nicht.»

Weshalb aber bringt man seine Arbeit mit nach Hause? Weshalb arbeitet man mehr, als gesund für einen ist? Die Schweiz ist eines der Länder mit der höchsten Arbeitsmoral. Doch eine hohe Arbeitsmoral kann sowohl positive wie auch negative Ursachen haben. Einerseits sind wir sehr motiviert und engagiert. Wir möchten besser sein und mehr machen als andere. Andererseits stehen die Arbeitnehmenden unter Druck – sie haben Angst vor einem Jobverlust.

Seit einigen Jahren spricht man davon, eine gesunde Work-Life-Balance sei wichtig. Doch oftmals lässt sich Arbeit und Freizeit in der heutigen Zeit nicht klar trennen. Statt einer strikten Trennung sollte versucht werden, die beiden Lebensbereiche mehr in Einklang zu bringen. Work-Life-Balance hat somit viel mit der bewussten Auseinandersetzung mit dem Thema zu tun und ist sehr individuell. Allgemeingültige Rezepte für ein ausgewogenes Arbeits- und Privatleben gibt es nicht.