

VOM ACHT-STUNDEN-TAG ZUR WOCHENARBEITSZEIT: MODERNISIERUNG ODER RUCKSCHRITT?

EINSTIEG

Stell dir vor du arbeitest später Vollzeit und hast die Wahl zwischen zwei möglichen Wochenmodellen:

Modell A

- Montag bis Freitag
- jeweils 8 Stunden
- Wochenende frei

Modell B

- Montag bis Donnerstag
- jeweils 10 Stunden
- Freitag bis Sonntag frei

- a) Entscheide dich für **eines der beiden Modelle** und *begründe* deine **Wahl** in einem Satz.
b) *Tauscht* euch **zu zweit** aus und benennt die **Werte**, die hinter eurer jeweiligen Wahl stehen (z. B. Freizeit, Erholung, Familie, Einkommen).

a)

b)

AUFGABEN

1 Was steht zur Debatte?

Scanne die **QR-Codes** zur **Debatte** und zum **Hintergrund** und *lies* die **Texte**.

- a) *Fasse zusammen*, worum es in der **aktuellen Debatte** um den Acht-Stunden-Tag geht.
b) *Beschreibe*, was laut dem **aktuellen Arbeitszeitgesetz** erlaubt ist.
c) *Erläutere*, welche **Änderungen** geplant sind und welche Regelungen **unverändert** bleiben sollen.
d) *Benenne zwei Gruppen*, die in der Debatte gegensätzliche Positionen vertreten, und *erläutere* in einem Satz, was sie sich jeweils von der Reform **erhoffen** bzw. **befürchten**.



Debatte:
Hat der bisherige
Acht-Stunden-Tag
ausgedient?
(Buzzard)



Hintergrund:
Debatte um
Arbeitszeit: Was gilt
und was sich ändern
könnte
(Harprath, Lohse; BR)

VOM ACHT-STUNDEN-TAG ZUR WOCHENARBEITSZEIT: MODERNISIERUNG ODER RUCKSCHRITT?

a)

b)

c)

d)

AUFGABEN

2 Perspektiven der Debatte

Bearbeitet **entweder** die **Pro-** (Seite 3) oder die **Contra-Sicht** (Seite 4) der Debatte. Achtet darauf, dass die Klasse **gleichmäßig aufgeteilt** ist.

VOM ACHT-STUNDEN-TAG ZUR WOCHENARBEITSZEIT: MODERNISIERUNG ODER RUCKSCHRITT?

AUFGABEN

2 Mehr Flexibilität? Die Pro-Argumente prüfen

Scanne die QR-Codes der Pro-Perspektiven und lies die Texte.

- Arbeite aus jedem Text die **wichtigsten Argumente** für eine Abschaffung des Acht-Stunden-Tages *heraus* und trage sie **stichpunktartig** in die Tabelle ein.
- Überlege: An welche **Lebenssituationen** denken die Autoren, wenn sie für die Reform argumentieren? (Beruf, Familie, Pflege, Wohnort, Alltagsorganisation ...) Trage mögliche Beispiele ein.



Pro:
Der Acht-Stunden-Tag von früher passt nicht mehr in die heutige Zeit
(Bund, SZ)



Pro:
Flexible Arbeitszeit steigert Leistung und senkt das Erschöpfungsrisiko
(Schipper, Das Investment)

Perspektive	Stärkste Argumente	Wer wird mitgedacht? (Lebenssituationen)
<p>Pro: Der Acht-Stunden-Tag von früher passt nicht mehr in die heutige Zeit (Bund, SZ)</p>		
<p>Pro: Flexible Arbeitszeit steigert Leistung und senkt das Erschöpfungsrisiko (Schipper, Das Investments)</p>		

VOM ACHT-STUNDEN-TAG ZUR WOCHENARBEITSZEIT: MODERNISIERUNG ODER RUCKSCHRITT?

AUFGABEN

3 Mehr Belastung? Die Contra-Argumente prüfen

Scanne die QR-Codes der **Contra-Perspektiven** und lies die **Texte**.

- Arbeite aus jedem Text die **wichtigsten Argumente** gegen eine Abschaffung des Acht-Stunden-Tages heraus und **trage** sie **stichpunktartig** in die Tabelle ein.
- Überlege: An welche **Lebenssituationen** denken die Autoren, wenn sie gegen die Reform argumentieren? (Beruf, Familie, Pflege, Wohnort, Alltagsorganisation ...) Trage mögliche Beispiele ein.



Contra:
Ohne Acht-Stunden-Tag drohen noch längere Arbeitstage und noch mehr Leistungsdruck
(Mayer-Ahuja, ND)



Contra:
Der Angriff auf den Acht-Stunden-Tag ist ein Angriff auf die persönliche Freiheit
(Hinsberger, Frankfurter Rundschau)

Perspektive	Stärkste Argumente	Wer wird mitgedacht? (Lebenssituationen)
<p>Contra: Ohne Acht-Stunden-Tag drohen noch längere Arbeitstage und noch mehr Leistungsdruck (Mayer-Ahuja, ND)</p>		
<p>Contra: Der Angriff auf den Acht-Stunden-Tag ist ein Angriff auf die persönliche Freiheit (Hinsberger, Frankfurter Rundschau)</p>		

VOM ACHT-STUNDEN-TAG ZUR WOCHENARBEITSZEIT: MODERNISIERUNG ODER RUCKSCHRITT?

AUFGABEN

4 Freiheit für wen? Perspektiven vergleichen

Arbeitet gemeinsam mit einer Person, die die anderen Perspektiven bearbeitet hat.

a) *Erklärt* euch eure **Ergebnisse** und *ergänzt* die **Tabellen**.

b) *Vergleicht* die **Lebenssituationen**, an die Pro- und Contra-Seite jeweils denken. Achtet dabei besonders auf:

- **Berufsfelder:** Aus welchen Bereichen kommen die Beispiele?
- **Mitspracherecht:** Wie viel Einfluss haben die mitgedachten Personen auf ihre eigenen Arbeitszeiten?
- **Lebensumstände außerhalb der Arbeit:** Welche festen Verpflichtungen (z. B. Kinderbetreuung, feste Schichten) werden mitgedacht?

c) *Überlegt:* Was sagt dieser Vergleich über die Debatte um den Acht-Stunden-Tag aus?

Beide Seiten argumentieren mit dem Wort „Freiheit“ – meinen aber Unterschiedliches.

d) *Arbeitet heraus,* was „**Freiheit**“ jeweils aus Sicht von Pro und Contra bedeutet.

e) *Vergleicht* die beiden **Bedeutungen:** Worin liegt der zentrale **Unterschied**? *Diskutiert* kurz: Welche der beiden Vorstellungen von Freiheit **überzeugt** euch eher? Warum?

b)

c)

VOM ACHT-STUNDEN-TAG ZUR WOCHENARBEITSZEIT: MODERNISIERUNG ODER RÜCKSCHRITT?

d)

e)

AUFGABEN

5 Modernisierung oder Rückschritt? Dein eigenes Urteil

Beurteile in einer **begründeten Stellungnahme**:

Ist die geplante Reform des Acht-Stunden-Tages zur Wochenarbeitszeit eine **Modernisierung** oder ein **Rückschritt**?

Deine Stellungnahme soll enthalten:

- eine klare Position
- mindestens ein Argument aus der Pro-Seite und eines aus der Contra-Seite
- eine Überlegung dazu, für welche Lebenssituationen deine Position besonders gut, oder besonders schlecht, passt
- eine begründete Schlussfolgerung

LÖSUNGEN

VOM ACHT-STUNDEN-TAG ZUR WOCHENARBEITSZEIT: MODERNISIERUNG ODER RUCKSCHRITT?

EINSTIEG

individuelle Lösung

AUFGABE 1

a) Die Debatte:

In Deutschland gilt der Acht-Stunden-Tag als Regel-Arbeitszeit. Die schwarz-rote Bundesregierung plant, diese tägliche Höchst-arbeitszeit abzuschaffen und stattdessen nur noch eine wöchentliche Höchst-arbeitszeit gesetzlich festzuschreiben. Arbeitsministerin Bärbel Bas (SPD) will dazu Ende Juni 2026 einen Gesetzentwurf vorlegen, zusammen mit Plänen für eine elektronische Arbeitszeiterfassung.

b) Aktuelle Arbeitszeitregelung:

- pro Tag in der Regel maximal 8 Stunden
- ausnahmsweise bis zu 10 Stunden, wenn der Schnitt über einen längeren Zeitraum bei 8 Stunden bleibt
- 11 Stunden Ruhezeit zwischen zwei Arbeitseinsätzen
- pro Woche maximal 48 Stunden
- in manchen Berufen Sonderregelungen

c) Geplante Änderungen und was bleiben soll:

- Geändert: Die tägliche Höchst-arbeitszeit wird durch eine wöchentliche Regelung ersetzt; einzelne Arbeitstage könnten 12 oder 13 Stunden lang werden. Außerdem wird die elektronische Arbeitszeiterfassung neu geregelt.
- Unverändert: Die wöchentliche Höchst-arbeitszeit von 48 Stunden bleibt durch die EU-Richtlinie bestehen.

d) Zwei Standpunkte der Debatte:

- Wirtschaftsnahen Stimmen (z.B. Arbeitgeberverbände): erhoffen sich mehr Flexibilität und Wirtschaftswachstum.
- Gewerkschaften und Sozialverbände: befürchten zusätzliche Arbeitsbelastungen und gesundheitliche Folgen.

AUFGABE 2 & 3

Einen Überblick der Pro- und Contra-Argumente finden Sie in der nachfolgenden Tabelle.

LÖSUNGEN

VOM ACHT-STUNDEN-TAG ZUR WOCHENARBEITSZEIT: MODERNISIERUNG ODER RUCKSCHRITT?

Perspektive	Stärkste Argumente	Wer wird mitgedacht? (Lebenssituationen)
<p>Pro: Der Acht-Stunden-Tag von früher passt nicht mehr in die heutige Zeit (<i>Bund, SZ</i>)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Die Arbeitswelt habe sich grundlegend gewandelt: internationale Teams, Projektarbeit, Homeoffice, Hybridarbeit. • Das Arbeitszeitgesetz behandle Beschäftigte noch immer so, „als stünden Millionen Menschen morgens um sieben am Fließband“. • Eine wöchentliche Regelung erlaube mehr Flexibilität und bessere Vereinbarkeit von Beruf und Familie. 	<ul style="list-style-type: none"> • Beschäftigte in modernen Bürojobs, im Homeoffice, in internationalen Teams, in Projektarbeit. • Eltern oder Menschen mit Care-Verantwortung, die Beruf und Familie selbst koordinieren müssen. • Menschen, die ihre Tagesgestaltung selbstbestimmt wählen wollen und können.
<p>Pro: Flexible Arbeitszeit steigert Leistung und senkt das Erschöpfungsrisiko (<i>Schippers, Das Investments</i>)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Eine Studie des IW Köln zeige: Beschäftigte mit flexibler Arbeitszeiteinteilung arbeiten häufiger lang, berichten aber seltener von Erschöpfung. • Wer selbst entscheidet, könne zur leistungsfähigsten Tageszeit arbeiten. • Das Gefühl der Zeitkontrolle mache belastbarer. 	<ul style="list-style-type: none"> • Menschen in hochkomplexen Wissensberufen (explizit genannt: Finanz- und Beratungsbranche). • Beschäftigte mit hoher Eigenverantwortung und Spielraum gegenüber dem Arbeitgeber • Menschen, die ihre produktivsten Tageszeiten selbst kennen und nutzen können.
<p>Contra: Ohne Acht-Stunden-Tag drohen noch längere Arbeitstage und noch mehr Leistungsdruck (<i>Mayer-Ahuja, ND</i>)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ein längerer Arbeitstag führe zu mehr Leistungsdruck. • Feierabende und Wochenenden könnten infrage gestellt werden. • Arbeitszeiten über 40 Stunden pro Woche gingen auf Kosten der Gesundheit – „das schafft Leid und kostet Geld“. • Der Acht-Stunden-Tag müsse als historische Errungenschaft verteidigt werden. 	<ul style="list-style-type: none"> • Beschäftigte mit hoher körperlicher oder psychischer Belastung. • Menschen, die feste Feierabende und Wochenenden zur Erholung brauchen. • Familien, deren Privatleben unter überlangen Tagen leidet. • Beschäftigte, die nicht in privilegierter Verhandlungsposition gegenüber dem Arbeitgeber stehen.
<p>Contra: Der Angriff auf den Acht-Stunden-Tag ist ein Angriff auf die persönliche Freiheit (<i>Hinsberger, Frankfurter Rundschau</i>)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Flexibilität brauche immer die Erlaubnis des Arbeitgebers – echte Selbstbestimmung gebe es nicht. • Strukturelle Probleme wie fehlende Kitaplätze und Ganztagschulen ließen sich nicht durch längere Arbeitstage lösen. • Profitieren würden vor allem Betriebe, die Stoßzeiten besser besetzen wollen, ohne neue Kräfte einzustellen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Beschäftigte in Tourismus und Gastronomie (explizit genannt, „schon jetzt hoher Stress“). • Eltern, die auf Kitaplätze und Ganztagschulen angewiesen sind. • Beschäftigte mit wenig Verhandlungsmacht gegenüber dem Arbeitgeber. • Menschen, die in der Praxis nicht selbst über ihre Arbeitszeit entscheiden können.

LÖSUNGEN

VOM ACHT-STUNDEN-TAG ZUR WOCHENARBEITSZEIT: MODERNISIERUNG ODER RUCKSCHRITT?

AUFGABE 4

b) Vergleich der Lebenssituationen

Berufsfelder:

- Pro: vor allem Wissensberufe – Bund nennt internationale Teams, Projektarbeit, Homeoffice und Hybridarbeit; das IW Köln nennt explizit hochkomplexe Wissensberufe in Finanz- und Beratungsbranche.
- Contra: vor allem körperlich oder zeitlich belastende Berufe – Hinsberger nennt explizit Tourismus und Gastronomie mit ihren Stoßzeiten; Mayer-Ahuja denkt an Berufe, in denen lange Arbeitszeiten zu gesundheitlichen Risiken führen können.

Mitspracherecht:

- Pro: Die mitgedachten Personen haben großen Einfluss auf ihre Arbeitszeiten – sie entscheiden selbst, wann sie wo arbeiten, und können ihre produktivsten Tageszeiten frei wählen.
- Contra: Die mitgedachten Personen haben wenig Einfluss – Hinsberger weist explizit darauf hin, dass für jede Flexibilität „immer noch die Erlaubnis des Arbeitgebers“ nötig ist. Profitieren würden vor allem Betriebe, die Stoßzeiten besser besetzen wollen.

Lebensumstände außerhalb der Arbeit:

- Pro: Menschen, die ihre Arbeit aktiv um andere Verpflichtungen herum organisieren wollen – z. B. Eltern, die Beruf und Familie flexibel vereinbaren möchten (Bund).
- Contra: Menschen, die auf feste externe Strukturen angewiesen sind – Kitaplätze, Ganztagschulen (Hinsberger), regelmäßige Feierabende und Wochenenden zur Erholung (Mayer-Ahuja).

c) Was sagt dieser Vergleich aus?

Mögliche Antworten:

- „Die Pro- und Contra-Seite reden über die gleiche Reform, aber sie haben unterschiedliche Menschen im Kopf.“
- „Was die Pro-Seite als Freiheit verkauft, gilt vor allem für Menschen, die ohnehin viel Spielraum haben.“
- „Die Debatte hat eine soziale Schlagseite: Wer Verhandlungsmacht hat, profitiert; wer wenig Spielraum hat, ist eher gefährdet.“
- „Ob die Reform eine Modernisierung oder ein Rückschritt ist, hängt davon ab, an welche Berufsgruppe und Lebenssituation man denkt.“

d) Freiheit aus Sicht beider Seiten

- Pro-Seite: Freiheit bedeutet Selbstbestimmung über die eigene Zeit – also die Möglichkeit, Arbeitsstunden so zu verteilen, wie es zur eigenen Lebenssituation passt. Bund spricht ausdrücklich davon, dass es „nicht um Ausbeutung, sondern um Flexibilität“ gehe; das IW Köln betont, das Gefühl der Zeitkontrolle mache belastbarer. Freiheit ist hier Freiheit von starren gesetzlichen Vorgaben.

LÖSUNGEN

VOM ACHT-STUNDEN-TAG ZUR WOCHENARBEITSZEIT: MODERNISIERUNG ODER RÜCKSCHRITT?

AUFGABE 4

- Contra-Seite: Freiheit bedeutet Schutz vor fremder Bestimmung – also die Sicherheit, nach acht Stunden tatsächlich Feierabend zu haben und nicht vom Arbeitgeber zu längeren Tagen verpflichtet werden zu können. Hinsberger nennt die Pläne sogar einen „Angriff auf die persönliche Freiheit“. Freiheit entsteht hier durch gesetzliche Schutzregeln, nicht trotz ihnen.

e) Vergleich der Bedeutungen

- Zentraler Unterschied: Die Pro-Seite versteht Freiheit als Abwesenheit von Regeln (Freiheit „von etwas“). Die Contra-Seite versteht Freiheit als Möglichkeit, geschützt zu leben (Freiheit „zu etwas“). Beide Seiten verwenden also denselben Begriff, meinen aber inhaltlich Gegensätzliches.
- Welche Vorstellung überzeugt eher? Individuelle Antwort. Eine gelungene Begründung verknüpft die Wahl mit konkreten Lebenssituationen: Wer viel Verhandlungsmacht hat, kann mit der Pro-Sicht etwas anfangen. Wer wenig Spielraum gegenüber dem Arbeitgeber hat, profitiert eher von der Contra-Sicht.

AUFGABE 5

Beispielhafte Urteile

Position „Modernisierung“:

Die Arbeitswelt hat sich seit 1918 grundlegend verändert. Wer im Homeoffice oder in internationalen Teams arbeitet, braucht andere Regelungen als Fabrikarbeiter:innen vor 100 Jahren. Die Studie des IW Köln zeigt sogar, dass flexibel arbeitende Beschäftigte seltener von Erschöpfung berichten. Solange die wöchentliche Höchstgrenze von 48 Stunden bestehen bleibt, ist die Reform keine Abschaffung des Schutzes, sondern eine Anpassung an heutige Arbeitsrealitäten. Diese Position passt besonders gut zu Lebenssituationen mit viel Selbstbestimmung – etwa Wissensarbeiter:innen mit Verhandlungsmacht gegenüber dem Arbeitgeber. Für Beschäftigte in der Gastronomie oder im Pflegebereich greift sie hingegen zu kurz, weil dort die Arbeitszeiten meist nicht selbst gewählt werden können. Die Reform ist also eine Modernisierung, sollte aber durch zusätzliche Schutzklauseln für besonders abhängige Beschäftigtengruppen ergänzt werden.

Position „Rückschritt“: Der Acht-Stunden-Tag wurde historisch unter großem Einsatz erkämpft. Er schützt Beschäftigte vor überlangen Arbeitstagen, die laut Mayer-Ahuja zu gesundheitlichen Schäden führen können. Die Reform mag nach Flexibilität klingen, doch in der Praxis entscheidet meist nicht der oder die Beschäftigte, sondern der Arbeitgeber – wie Hinsberger betont. Diese Position passt besonders gut zu Beschäftigten in körperlich harten Berufen, in Branchen mit Stoßzeiten und zu Familien, die auf feste Strukturen wie Kitazeiten angewiesen sind. Für Wissensarbeiter:innen mit hoher Eigenständigkeit ist sie hingegen weniger zwingend, weil sie ohnehin schon viele Möglichkeiten zur Selbstgestaltung haben. Die Reform ist also ein Rückschritt – besonders für die, die ohnehin am wenigsten Spielraum haben.