



Martin Bujard; Ralina Panova (beide BiB)<sup>1</sup>

## Zwei Varianten der Rushhour des Lebens:

### Lebensentscheidungen bei Akademiker/innen und Zeitbelastung bei Familien mit kleinen Kindern

Der Ausdruck **Rushhour des Lebens** wird für **Zeitabschnitte in der mittleren Phase des Lebens verwendet, in denen mehrere und konkurrierende Aufgaben eine große Herausforderung darstellen. Die Arbeitsbelastung ist durch die Kombination von Beruf und Familie dauerhaft hoch. Auch gibt es Zeiten, in denen gehäuft zentrale Lebensentscheidungen getroffen werden müssen. Derartige Phasen kennt fast jeder aus seinem eigenen Leben. Dort setzt dieser Beitrag an und beschreibt anhand neuer Zeitbudgetdaten eine Phase im Lebensverlauf – das Alter von etwa 25-45 Jahren – , in der für viele Menschen eine exorbitante Arbeitsbelastung und eine Häufung wichtiger Entscheidungen zu Beruf, Wohnort, Partnerwahl, Heirat oder Kindern auftreten.**

#### 1. Zwei Dimensionen der Rushhour des Lebens

Die Metapher Rushhour im Kontext von Lebensphasen ist griffig und ein Stück weit selbsterklärend. Sie wurde durch den Siebten Familienbericht (Deutscher Bundestag 2006) popularisiert und hat sich in der Familienpolitik ebenso wie in der Familienforschung Deutschlands etabliert. In der internationalen Literatur wurde der Begriff „Rush Hour“ erstmals von Michael Bittman und Judy Wajcman (2000) aufgegriffen, allerdings nur in der Überschrift und mit einer etwas anderen Bedeutung. Tatsächlich wird der Begriff Rushhour des Lebens implizit oft unterschiedlich verwendet. Dabei lassen sich zwei Varianten der Rushhour identifizieren, die unterschiedliche Gruppen, Lebensphasen und Überlastungsmechanismen betreffen. Daher schlagen wir eine Differenzierung zwischen zwei Phänomenen vor:

- die Rushhour von Lebensentscheidungen und
- die Rushhour im Familienzyklus.

#### Rushhour von Lebensentscheidungen

Dieses Phänomen betrifft vor allem Akademiker. Innerhalb einer kurzen Zeitspanne von 5 bis 7 Jahren erfolgen oft gleichzeitig Entscheidungen zu Berufseinstieg

und Karriereaufbau sowie zu gemeinsamem Haushalt, Ehe und Familiengründung. Diese Ballung biografischer Ereignisse liegt daran, dass sie aufgrund von langen Studienzeiten, Auslandsaufhalten, Praktika und einem längeren Prozess des Berufseinstiegs und der Karrieretablierung die Familienplanung in spätere Jahre verschieben. Diese bekommt also später im Lebenslauf eine Priorität als bei Menschen, die bereits mit Anfang 20 ihre ökonomische Selbstständigkeit erreichen. Zudem wird die Familienplanung durch die Zunahme unsicherer Beschäftigungsverhältnisse, Mobilitäts- und Flexibilitätsanforderungen des Arbeitsmarktes erschwert. Gleichzeitig bleibt die Fruchtbarkeit der Frauen weitestgehend konstant. Der späte Berufseinstieg von Akademikerinnen nähert sich der biografischen Grenze der Fruchtbarkeit. Das Zeitfenster für das Kinderkriegen wird kleiner und damit entsteht auch ein latenter Druck, weil die anderen biografischen Schritte wie Berufseinstieg, berufliche Etablierung, Partnerwahl und gemeinsame Wohnung innerhalb einer sehr kurzen Zeitspanne erfolgen müssen. Hier sind Entscheidungen notwendig, die oft miteinander zusammenhängen, konkurrieren und dazu meistens zwei Personen betreffen.

#### Rushhour im Familienzyklus

In der Phase mit kleinen Kindern ist die Belastung von Berufsarbeit und Familienarbeit heutzutage besonders intensiv. Dies zeigt sich quantitativ in der beruflichen und familialen Arbeitszeit sowie in Konflikten, beiden Lebensbereichen gerecht zu werden. Die gesamte Arbeitsbelastung kann man dadurch erfassen, indem man die beruflichen Arbeitsstunden und die Zeit für Hausarbeit und Kinderfürsorge addiert. Ältere Zeitbudgetstudien zeigen, dass diese Gesamtarbeitszeit pro Woche bei Müttern von Kindern unter drei Jahren sehr hoch ist (Deutscher Bundestag 2006). Entgegen mancher These in Massenmedien sind Väter, die mit ihren Kindern zusammen im Haushalt leben, genauso davon betroffen (Bujard/Schwebel 2015). Diese Arbeitsintensität nimmt mit zunehmendem Alter der Kinder ab. Ohne Kinder, bzw. ohne mit Kindern im Haushalt zu leben, ist die Gesamtarbeitszeit deutlich geringer. Auch heute noch überneh-

<sup>1</sup> Dieser Artikel basiert in Teilen auf einem Beitrag der Autoren, der im Dossier Familienpolitik der BpB erschienen ist. Online unter: <http://www.bpb.de/politik/innenpolitik/familienpolitik/197927/rushhour-des-lebens>



men Mütter meistens den größten Teil der Haus- und Fürsorgearbeit, dazu sind viele erwerbstätig. Die meisten Väter beteiligen sich heute mehr als früher an der Hausarbeit, dazu arbeiten sie beruflich mehr als gleichaltrige Männer ohne Kinder. Im Folgenden werden beide Konzepte der Rushhour des Lebens anhand empirischer Daten beschrieben und ihre Mechanismen erklärt. Anschließend werden gesellschaftliche und politische Optionen diskutiert, die helfen können, die Rushhour des Lebens zu entzerren.

## 2. Die Rushhour von Lebensentscheidungen

### Ein neues Phänomen

Die Rushhour der Lebensentscheidungen ist ein historisch neues Phänomen, das vereinzelt seit den 1960er Jahren auftauchte und Anfang des 21. Jahrhunderts für über ein Viertel der entsprechenden Altersgruppe virulent ist, wenn man es an der tertiären Bildung festmacht. Das Phänomen ist von zwei Antriebskräften geprägt: dem durch die Bildungsexpansion vorangetriebenen Übergang vom Einverdiener- zum Zweiverdienermodell und dem Aufkommen der wissensbasierten Arbeitsplätze. Durch das Zweiverdienermodell müssen die beruflichen Pläne beider Partner räumlich und zeitlich synchronisiert werden, was weitaus komplizierter ist als im Brotverdiener-Hausfrau-Modell, in dem der Mann seiner Karriere und die Frau der Familienplanung nachgingen. In modernen, wissensbasierten Volkswirtschaften verlängert sich die Ausbildung und gelingt der Berufseinstieg für Akademiker immer später. Dazu kommt, dass die Gruppe der Akademiker kontinuierlich ansteigt.

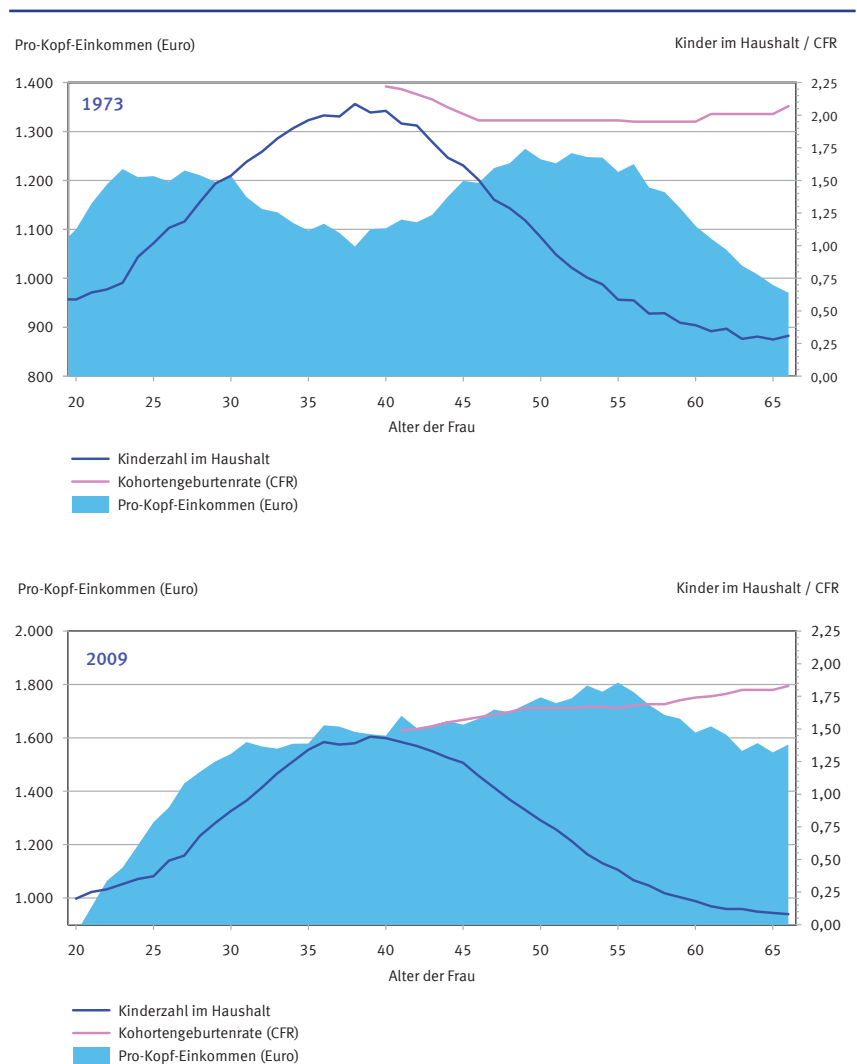
Freilich gibt es auch Nichtakademiker, die in verengte Lebensentscheidungskorridore kommen und Akademiker, deren Lebensplanung entzerrt ist; im Kern bleibt es jedoch ein Problem von Hochgebildeten. Laut Mikrozen-

sus hatten im Jahr 2009 24,7 % der Frauen und 32,2 % der Männer im Alter von 35-44 Jahren einen tertiären Abschluss. Diese Bildungsabschlüsse umfassen sowohl Fachschulabschluss und Meister als auch Hochschulabschluss. Besonders intensiv ist die Rushhour bei Frauen mit Hochschulabschluss, deren Anteil 16,1 % beträgt.

### Das spätere Ankommen...

Die Ausbildung ist anspruchsvoller geworden und entsprechend hat sich die Ausbildungsphase verlängert. Dadurch verschiebt sich für eine größere Gruppe junger Erwachsener der Berufseinstieg weiter nach hinten im Lebensverlauf. Das deutsche Ausbildungssystem, insbe-

Abb. 1: Haushaltseinkommen von Frauen im Lebensverlauf 1973 und 2009



Quelle: Bujard 2012.

© BiB 2016

Anmerkungen: Als Pro-Kopf-Einkommen wird das Nettoäquivalenzeinkommen bezogen auf den Haushalt verwendet, das nach neuer OECD-Skala gewichtet ist. Das Pro-Kopf-Einkommen ist in Euro und inflationsbereinigt (Basisjahr 2009). Frauen, die noch bei ihren Eltern wohnen, sind nicht berücksichtigt.



sondere im akademischen Bereich, kannte bis vor kurzem keine Stufungen. Grundsätzlich war es üblich, das höchste Ausbildungsniveau zu erreichen, bevor man ins Berufssystem eintritt. Dies macht eine flexible Gestaltung der eigenen Lebenspläne im Lebenslauf äußerst schwierig. Dazu kommt, dass der Berufseinstieg in Deutschland, aber auch in vielen anderen europäischen Ländern, oft über Praktika, befristete Arbeitsverträge und Qualifizierungsstellen mehrere Jahre dauert, bis man in einem entfristeten Arbeitsverhältnis angekommen ist. Erwerbsbiografien sind fluider, die Erosion des Normalarbeitsverhältnisses erzeugt erhebliche Unsicherheit. Dazu kommt bei Akademikern die späte ökonomische Selbstständigkeit, da viele erst mit Anfang 30 ein eigenes Einkommen haben, so dass ein Ansparen für die Familiengründung erschwert wird. Auch berufliche Unsicherheit und späte ökonomische Selbstständigkeit erschweren eine Entscheidungsfindung für die Gründung eines gemeinsamen Haushalts und einer Familie. Beides wird immer weiter aufgeschoben.

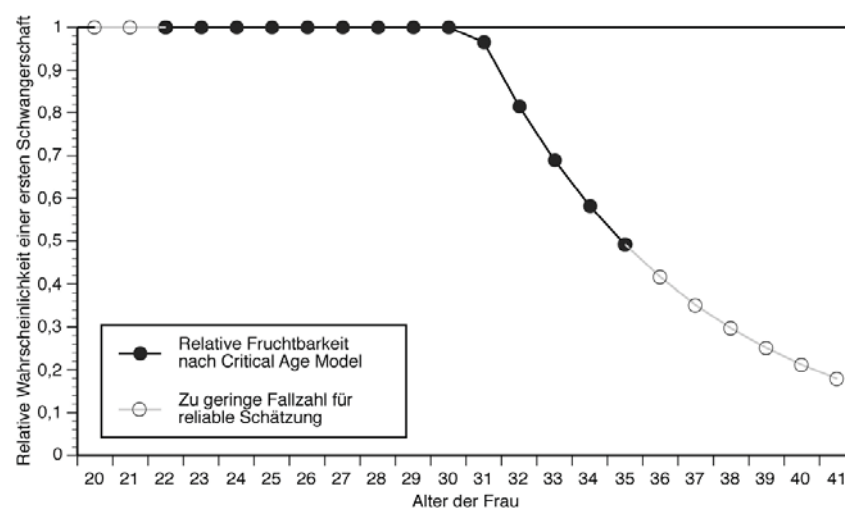
Abbildung 1 verdeutlicht anhand des Pro-Kopf-Einkommens im Lebensverlauf, dass dies nicht immer so

war: 1973 gab es bereits mit Mitte 20 ein Einkommenshoch im Vergleich zu anderen Altersgruppen, so dass die Familiengründung finanziell abgesicherter war. Im Jahr 2009 ist das Einkommen mit Mitte 50 am höchsten, während es für unter Dreißigjährige sehr gering ist. Bei Akademikern ist der Kontrast sogar noch größer.

### ...und die biologische Uhr

Im Kontrast zu diesem enormen gesellschaftlichen Wandel der letzten vier Jahrzehnte hat sich die biologische Seite kaum verändert. Die Fruchtbarkeit von Frauen ist in den Zwanzigern am höchsten und lässt ab dem 30. Geburtstag langsam und ab dem 35. verstärkt nach. Abbildung 2 zeigt die Fruchtbarkeitskurve im Lebenslauf von Frauen. Bemerkenswert ist, dass trotz dieses Fruchtbarkeitsverlaufes Akademikerinnen 42 % ihrer Geburten nach ihrem 35. Geburtstag haben (eigene Mikrozensusauswertungen). Dabei gelten 35 Jahre als Grenze für Risikogeburten, was Schwangeren explizit verdeutlicht wird, da es entsprechend im Mutterpass des Bundesausschusses der Ärzte und Krankenkassen gekennzeichnet ist. Der massenhafte Aufschub von Geburten in ein „Risikoalter“

Abb. 2: Fruchtbarkeit der Frau im Lebenslauf nach dem Critical Age Model



Quelle: Eigene Darstellung auf Basis des Critical Age Modells von Van Noord-Zaadstra et al. 1991.

Anmerkungen: Bei dem Modell wird die durchschnittliche Fruchtbarkeit für das Alter von 20-30 Jahren, in dem die Wahrscheinlichkeit einer Schwangerschaft konstant hoch ist, als 1 skaliert. Die Werte ab 31 Jahren zeigen die Wahrscheinlichkeit einer Schwangerschaft in Relation zu der hohen Fruchtbarkeit. Das „kritische Alter“, bei dem die Fruchtbarkeit beginnt nachzulassen, liegt demnach bei 31 Jahren. Die Werte zeigen nicht an, wie hoch die Wahrscheinlichkeit ist, überhaupt noch ein Kind in einem bestimmten Alter zu bekommen, vielmehr handelt es sich um relative Aussagen, die sich auf einzelne Zyklen beziehen. Die Kurve bezieht sich auf die Geburt eines ersten Kindes. Die Fruchtbarkeit bei der Geburt von weiteren Kindern lässt weniger stark nach. Es wurde die Modellvariante berücksichtigt, bei der die Schwangerschaften zur Geburt eines gesunden Kindes führen.

ist genauso wie die hohe Kinderlosigkeit von 29,1 % bei westdeutschen Akademikerinnen, die in den 1960er Jahren geboren sind, ein markantes Indiz für den Entscheidungskonflikt in der Rushhour des Lebens.

Auch beim Mann bringt ein fortgeschrittenes biologisches Alter Risiken für die Schwangerschaft und das Neugeborene mit sich und stellt einen wichtigen, wenn auch nicht so ausgeprägten Einflussfaktor der Infertilität des Paares dar, insbesondere, wenn auch die Frau im fortgeschrittenen Alter (> 35 Jahre) ist (Schmidt et al. 2012; Sartorius/Nieschlag 2010). Es scheint, dass das Alter von 45 Jahren ein „turning point“ für die Fruchtbarkeit für Männer ist (Hassan/Killick 2003). Der Fruchtbarkeitsrückgang betrifft Frauen also weitaus früher im Lebensverlauf als Männer. Trotzdem sind Männer als Partner von Akademikerinnen – und das sind fast immer



ebenfalls Männer mit Hochschulabschluss – auch davon betroffen. Die biologische Option von Männern, mit einer mehr als 10 Jahre jüngeren Partnerin Kinder zu bekommen, könnte schwierig zu erreichen sein. Vor dem Hintergrund der sinkenden Fruchtbarkeit und der Partnerschaftskonstellation könnte es auch bei Männern Mitte 40 kompliziert sein, ein Kind zu bekommen.

### Partnerschaft

Die Suche eines geeigneten Partners, der Aufbau eines gemeinsamen Haushalts und ggf. die Institutionalisierung der Partnerschaft sind zentrale Entscheidungspunkte in der Rushhour des Lebens. Die Existenz und die Dauer einer Partnerschaft sowie das Vorhandensein eines gemeinsamen Haushalts sind wichtige Ereignisse, die neben dem Berufseinstieg und der Karrierestabilisierung um das 30. Lebensjahr herum erfolgen. Feste Partnerschaft mit einem gemeinsamen Haushalt ist eine zentrale Voraussetzung für die Entscheidung für ein Kind (Peuckert 2008). Partnerlosigkeit und das Fehlen eines passenden Partner sind zentrale Gründe für den Aufschub der Familiengründung und tragen zum zeitlichen Druck in der Altersgruppe der 27- bis 35-Jährigen bei. Mit ansteigendem Alter werden Partnermärkte ungünstiger, die Partnersuche wird schwieriger und es entstehen häufiger Heiratsmarktengpässe. So kann zum Beispiel ein Beziehungsbruch Anfang der 30er die Rushhour extrem beschleunigen. Es bedeutet angesichts der begrenzten Fruchtbarkeit der Frau enormen Druck, vor allem wenn ein Kinderwunsch besteht. Auch bei einer festen Partnerschaft ist die Gründung eines gemeinsamen Haushaltes in Alter zwischen 27 bis 35 Jahren angesichts der besonders hohen Anforderungen aus dem Bereich der Erwerbsarbeit (z.B. Mobilität) nicht immer einfach.

### Die Definition des kritischen Alters

In der Literatur sind unterschiedliche Definitionen zur genauen Altersspanne zu finden, in der die Rushhour stattfindet. Laut dem Siebten Familienbericht der Bundesregierung ist der Zeitdruck zwischen dem 27. und 35. Lebensjahr besonders groß (Deutscher Bundestag 2006). Lothaller (2008) zufolge umfasst die Rushhour des Lebens den Lebensabschnitt zwischen den Mittzwanzigern und den späten Dreißigern. Nach Bertram et al. (2011) ist der Konflikt zwischen dem Lebensziel der Familiengründung und der beruflichen Etablierung und Karriere-

entwicklung in der Altersgruppe der 25- bis 35-Jährigen besonders stark ausgeprägt. Schneider (2014) verwendet die breitere Zeitspanne von 25-45 Jahren, Buber et al. (2014) beziehen sich bei der Operationalisierung der Rushhour des Lebens auf die Altersgruppe der 27- bis 40-Jährigen.

Individuelle Lebensverläufe sind viel zu unterschiedlich und komplex, auch sind Partnerschafts- und Berufsverläufe viel zu dynamisch und unvorhersehbar, um einheitlich feste Altersspannen für die Rushhour des Lebens definieren zu können. Wir gehen von einer besonders intensiven Phase im Alter zwischen 27 und 35 Jahren und einer breiteren Phase der Rushhour des Lebens aus, die im Alter zwischen 25 und 40 eintreten kann. Dabei vermuten wir eine besondere Steigerung des Zeitdruckes um das 30. Lebensjahr, denn dann wünschen sich Hochgebildete am häufigsten ein Kind (Buber et al. 2014). Gleichzeitig gilt dieses Alter als eine symbolische Trennlinie, ab der die weibliche Fertilität zu sinken beginnt.

### Sind Frauen stärker davon betroffen?

In der Literatur wird die Rushhour des Lebens oft nur auf Frauen bezogen (Bittman und Wajcman 2000). Zum einen ist das biologische Zeitfenster der Mutterschaft stärker eingeschränkt als das Zeitfenster der Vaterschaft, wodurch ein stärkerer Zeitdruck bezüglich generativer Entscheidungen bei Frauen entsteht. Zum anderen haben Frauen höhere Opportunitätskosten der Familiengründung. Meistens sind es auch heute noch Frauen, die Kinderbetreuung und -erziehung, Hausarbeit, Erwerbsarbeit und Freizeit vereinbaren müssen. Sie sind in der Rushhour des Lebens mit dem Konflikt Arbeit versus Familie intensiv konfrontiert. Oft bedeutet die Entscheidung für Familiengründung einen Verzicht auf Karriere. Fragen der Gleichstellung sind mit dem Rushhour-Phänomen eng verknüpft, entsprechend nimmt der Erste Gleichstellungsbericht (Deutscher Bundestag 2011) konsequent eine Lebensverlaufsperspektive ein. Schneider (2014) weist darauf hin, dass die Rushhour vor allem Akademikerinnen betrifft und nicht die „Lebenslage einer ganzen Generation“ beschreiben kann.

Bei Männern stellt sich dieser Konflikt hingegen nicht so brisant dar, denn es sind ja die Frauen, die sich überwiegend um Kinder kümmern. So zeigt die Studie von Buber et al. (2014), dass ein besonders hoher Umfang an Arbeitsstunden sich negativ auf den Kinderwunsch



von Frauen auswirkt, was für einen Arbeit-Familie-Konflikt spricht. Männer, die mehr als 40 Stunden in der Woche arbeiten, wünschen sich hingegen tendenziell eher ein Kind als solche, die eine 35- bis 40-Stunden-Woche haben. Die Rushhour ist dann vor allem eine Phase im Leben von Akademikerinnen, wenn die partnerschaftliche Arbeitsteilung auf dem traditionellen männlichen Alleinverdiener-Modell basiert. Je egalitärer die Partnerschaft, desto mehr ist die Rushhour auch ein Problem bei Männern. Ein Kennzeichen für die Entscheidungsbilgung bei Männern zeigt sich, wenn sie ihre beruflichen Pläne auch an der Familiengründung und denen der Partnerin orientieren.

### 3. Die Rushhour bei Familien mit kleinen Kindern

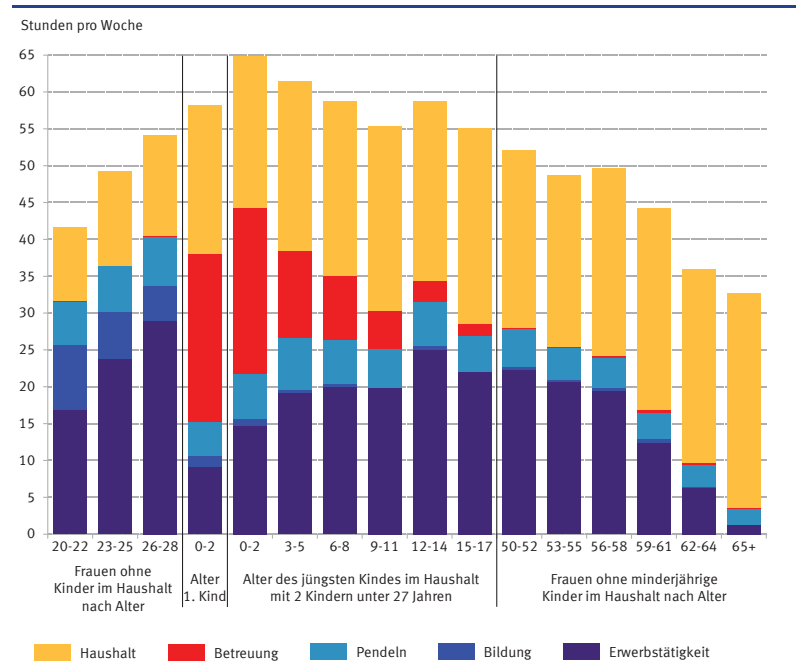
#### Neue Zeitbudgetstudie

Das Phänomen der Rushhour im Familienzyklus wird im Folgenden anhand der aktuellen Zeitbudgeterhebung des Statistischen Bundesamtes empirisch gezeigt. Diese Rushhour betrifft Männer und Frauen dann, wenn sie sich für Kinder entscheiden. Paare mit Kindern im Haushalt arbeiten durchschnittlich zehn Stunden mehr als Paare ohne Kinder (Statistisches Bundesamt 2015a).

Um die Rushhour im Familienzyklus im Kontext des gesamten Lebenslaufs zu zeigen, haben wir die Zeitverwendung von erwerbstätigen Frauen und Männern für Erwerbs-, Fürsorge- und Hausarbeit in einem synthetischen Lebenslauf berechnet (Abb. 3 und 4).<sup>2</sup> Dabei werden Alter und Familienzyklus so kombiniert, dass eine idealtypische Frau (ein Mann) bis 28 Jahre keine Kinder hat, mit 29 Jahren das erste Kind bekommt, mit 32 Jahren das zweite und im Alter ab 50 Jahren die Kin-

<sup>2</sup> Um Verzerrungen der Durchschnittswerte zu vermeiden, wurden nichterwerbstätige (arbeitslos, dauerhaft Hausfrau) Personen nicht berücksichtigt. Frauen und Männer in Elternzeitphasen werden dagegen berücksichtigt.

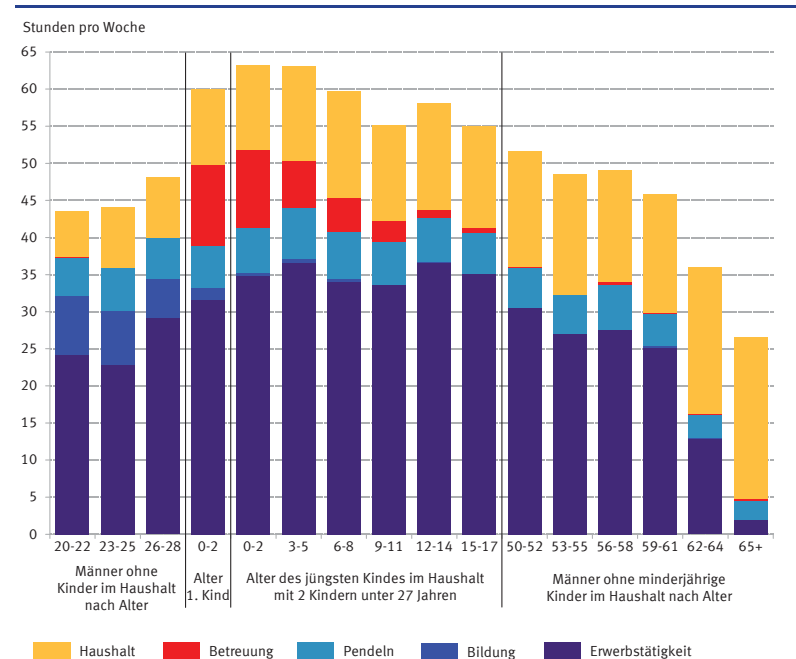
Abb. 3: Zeitverwendung eines synthetischen Lebenslaufs mit Familienbiografie: Frauen



Quelle: Eigene Berechnung und Darstellung basierend auf Zeitverwendungserhebung 2012/2013.

© BiB 2016

Abb. 4: Zeitverwendung eines synthetischen Lebenslaufs mit Familienbiografie: Männer



Quelle: Eigene Berechnung und Darstellung basierend auf Zeitverwendungserhebung 2012/2013.

© BiB 2016



der ausgezogen sind. Da wir aktuelle Querschnittsdaten verwenden, ist der Lebensverlauf „synthetisch“, er besteht aus vier Phasen:

1. 20-28 Jahre ohne Kinder im Haushalt (Altersprinzip);
2. Familienphase mit einem Kind unter drei Jahren (Familienzyklus);
3. Familienphase mit zwei Kindern im Haushalt, die nach dem Alter des jüngsten Kindes dargestellt werden (Familienzyklus) und
4. über 50 Jahre, ohne minderjährige Kinder im Haushalt (Altersprinzip).

Die Daten für den Familienzyklus, also Phase 2-3, beziehen sich nur auf das Alter der Kinder, das Alter der Mütter und Väter kann hierbei also auch außerhalb der Spanne von 29-49 Jahren liegen.

Die Rushhour des Lebens beginnt bei beiden Geschlechtern mit der Geburt des ersten Kindes und erreicht ihren Höhepunkt in den ersten drei Lebensjahren des zweiten Kindes. Bei Frauen beträgt die Arbeitsbelastung in dieser Phase 65 Stunden und reduziert sich erst dann auf unter 60 Stunden, wenn das jüngste Kind im Grundschulalter ist (55-59 Stunden). Die Kinder können nun lesen, sich besser selbst beschäftigen und sich auch selbstständig mit Freunden treffen. Eltern spüren dann geradezu, wie die Rushhour des Lebens nachlässt und sie altbekannte Freiheiten wiedergewinnen. Ohne Kinder liegt die Gesamtarbeitsbelastung in den untersuchten Altersgruppen deutlich niedriger, meist zwischen 40 und 50 Stunden, ab 62 Jahren darunter. Bei Männern ist die Spitzenbelastung minimal geringer, dauert jedoch länger an. Wenn das zweite Kind zwischen null und fünf Jahren ist, arbeiten Väter durchschnittlich 63 Stunden.

Bemerkenswert ist, dass die Arbeitsbelastung sich im Lebensverlauf von Menschen mit Kindern erheblich unterscheidet, jedoch bei Frauen und Männern im gesamten Verlauf ähnlich und in der Phase mit kleinen Kindern enorm hoch ist. Auch internationale Zeitbudgetstudien zeigen, dass nicht das Alter von Männern und Frauen wie bei der Ballung der Lebensentscheidungen, sondern das Alter der Kinder maßgeblich ist (u.a. Bittman und Wajcman 2000).

### Väter und Mütter in der Rushhour

Diese Befunde zeigen deutlich, dass beide Geschlechter gleichermaßen von der Gesamtarbeitsbelastung betroffen sind. Nur unterscheidet sich die Aufteilung

geschlechtsspezifisch, was bei Paaren durch die Elternschaft verstärkt wird (Dechant et al. 2014). Dabei sind viele Väter mit der ungleichen Aufteilung von Berufs- und Familienarbeit ähnlich unzufrieden wie Mütter. Beide Geschlechter befinden sich oft in einem Konflikt, jedoch spiegelverkehrt: Viele Mütter, die viel Zeit mit Haus- und Fürsorgearbeit verbringen, möchten mehr beruflich arbeiten, zudem wird es gesellschaftlich zunehmend erwartet. Viele Väter, die viel Zeit mit Berufsarbeit verbringen, möchten sich mehr in der Fürsorgearbeit beteiligen, was ebenso gesellschaftlich zunehmend erwartet wird. Nicht selten empfinden Mütter und Väter trotz dieser hohen Gesamtarbeitsbelastung Druck oder gar ein schlechtes Gewissen, da sie für eine der beiden Sphären Beruf oder Familie nicht so viel Zeit verwenden können, wie sie es gerne würden. Paare, die vor der Kinderphase egalitär gelebt haben, tappen häufig in die Traditionalisierungsfalle. Sie planen nur temporär, während der Stillzeit, eine Aufteilung, bei der der Mann Vollzeit arbeitet. Diese Aufteilung verfestigt sich häufig, da der Mann oft besser verdient und die Frau Fürsorge- und Hausarbeit routinierter bewerkstelligt. Im Achten Familienbericht (Deutscher Bundestag 2012) werden Realität und Wünsche beruflicher Arbeitszeiten gegenübergestellt. Dabei zeigt sich, dass viele Frauen gerne etwas mehr und viele Männer gerne etwas weniger arbeiten möchten.

### Freizeit in der Rushhour

Zu dieser erhöhten Arbeitsbelastung kommt in der Familienphase mit kleinen Kindern, dass sich das Freizeitverhalten völlig von dem ohne Kinder oder mit älteren Kindern unterscheidet. Die Grenzen zwischen Freizeit mit Kindern und „Fürsorgearbeit“ sind fließend. Bittman und Wajcman (2000) haben die Freizeittätigkeiten genauer untersucht und zwischen Erwachsenenfreizeit und kinderbezogener Freizeit differenziert. Demnach verbringen Eltern von Kindern im Alter von 0-9 Jahren nur knapp die Hälfte ihrer sowieso geringeren Freizeit als Erwachsenenfreizeit. Die Zeit für klassische Erwachsenenfreizeit liegt hier im Durchschnitt zwischen knapp 3 und knapp 10 Stunden pro Woche. Sind die Kinder älter als 10 Jahre, liegt die Zeit für Erwachsenenfreizeit bei etwa 25 Stunden bei Müttern und Vätern, also nicht mehr so weit weg von dem Freizeitvolumen von rund 40 Stunden, welches Kinderlose haben.



Während in Deutschland 19,7 % der in den 1960er Jahren und gut 21 % der um 1970 geborenen Frauen kinderlos sind (Bujard/Lück 2015), bleiben Männer dieser Generation zu 22-23 % kinderlos (Statistisches Bundesamt 2010). Jedoch lebt ein noch weitaus größerer Teil von Männern ohne Kinder. Mikrozensusauswertungen zeigen, dass knapp 40 % der Männer mit Anfang 40 ohne Kinder im Haushalt leben (Bujard/Schwebel 2015).<sup>3</sup> In dieser Altersgruppe gibt es bei Männern zwei völlig verschiedene Lebenswelten: die mit Kindern, in der die Freizeit auch weitestgehend mit der Familie verbracht wird und die ohne Kinder, in der die Freizeitaktivitäten anders und die berufliche Mobilität weitaus flexibler sind. Beide konkurrieren auf dem Arbeitsmarkt miteinander und die Väter arbeiten durchschnittlich sogar zwei Stunden länger pro Woche – trotz der Familienzeit (Bujard/Schwebel 2015). Dies verdeutlicht, dass sie sich auch in einer Rushhour an Arbeitsbelastung befinden, genauso wie die Mütter, die einen Großteil der Familienarbeit machen und auch beruflich ihre Frau stehen. Da hier viel von Arbeitsbelastung geschrieben wird, sollte nicht unerwähnt bleiben, dass die Elternschaft mehrere Nutzendimensionen hat (Hoffman/Hoffman 1973). Für das Leben mit eigenen Kindern und dessen Gratifikationen zahlen Eltern einen Preis der elementaren Zeitverdichtung.

#### 4. Optionen zur Entzerrung der Rushhour

Um die Rushhour zu entzerren und damit die jüngere Generation zu entlasten, sind mehrere Mechanismen denkbar. Hier spielen Politik, Wirtschaft und Bildungssystem ebenso eine Rolle wie Zeitkompetenz bezüglich der eigenen Lebensplanung. Im Folgenden werden einige Beispiele genannt, freilich ohne Anspruch auf Vollständigkeit.

##### Entzerrung der Rushhour von Lebensentscheidungen

Der positive Zusammenhang zwischen Ausbildungsdauer und durchschnittlichem Alter bei der Geburt des ersten Kindes gilt nicht für alle Länder. Vielmehr wirkt sich der längere Verbleib im Ausbildungssystem deswegen in Deutschland so stark auf das generative Verhalten aus, weil hier die Vorstellung einer sequenziellen

Lebensgestaltung vorherrscht. Demnach soll die Familiengründung erst nach Abschluss der Ausbildung und Etablierung im Beruf erfolgen (Überblick in: Peuckert 2008). Auf die Widersprüchlichkeit dieses idealen Modells der Familiengründung durch den längeren Verbleib im Ausbildungssystem sowie dem späteren und prekären Berufseinstieg reagieren Menschen mit Aufschub des Übergangs in die Elternschaft. Insbesondere in den nordeuropäischen Ländern gibt es verschiedene Ausbildungsabschlüsse, die zu unterschiedlichen Zeitpunkten im Lebenslauf erworben werden können und die damit die Möglichkeit zur flexiblen Gestaltung der eigenen Lebenspläne im Lebenslauf geben (Deutscher Bundestag 2006). Das gestaffelte Ausbildungssystem Frankreichs – das „Concours-System“ – ermöglicht es Menschen, sich das ganze Leben lang an Wettbewerben zu beteiligen, um die jeweils nächste Ausbildungsstufe zu erreichen. Somit können Bildungsabschlüsse im Lebenslauf nachgeholt werden, was mehr Spielraum für die Familiengründung lässt. Mit der Umstellung des deutschen Ausbildungssystems auf Bachelor- und Master-Abschlüsse wurden erste Schritte in Richtung kürzerer Bildungswege und eines modularen Ausbildungssystems gemacht.

Bertram (2006) zufolge ist eine Entzerrung der Rushhour des Lebens möglich, wenn sich die Familiengründung nicht nur auf die kurze Phase von fünf bis sieben Jahren konzentriert. Dazu ist auch ein Wandel auf kultureller Ebene nötig. Bertram plädiert für mehr Offenheit gegenüber Elternschaft während der Ausbildung und später Elternschaft jenseits des 35. Lebensjahrs. Empirische Untersuchungen zeigen, dass Akademiker sich um das 30. Lebensjahr am häufigsten ein Kind wünschen (Buber et al. 2014). Mehr Akzeptanz von früher öffentlicher Kinderbetreuung und ein Wandel in den kulturellen Einstellungen zu berufstätigen Müttern und betreuenden Vätern stellen auch einen Weg dar, die Rushhour des Lebens zu entzerren.

Mehrere Anreize des Arbeitsmarkts tragen auch zu der Rushhour des Lebens bei. Dazu gehören die an männlichen Lebensläufen orientierten Karrieremuster, wonach innerhalb der ersten zehn Berufsjahre von Akademikern zentrale Karriereschritte stattfinden. Explizite und implizite Altersgrenzen und die mangelnde Durchlässigkeit für Quereinsteiger verstärken die Rushhour des Lebens. Das zeigt sich u.a. im Wissenschaftssystem, dessen Übergang zu einer Professur durch eine enorme

<sup>3</sup> Der exakte Wert für 40- bis 44-jährige Männer beträgt 39,1 %. Die Altersgruppe 40-44 ist diejenige, bei der die meisten Männer mit Kindern im Haushalt leben. Mit Mitte 30 oder Ende 40 liegt der Anteil von Männern, die ohne Kinder im Haushalt leben, bei rund 45 %.



zeitliche Komprimierung der Post-Doc-Phase und fehlenden beruflichen Alternativen zur Professur gekennzeichnet ist. Metz-Göckel u.a. (2012) sprechen hier von einem „Zeitkorsett“, in dem Akademikerinnen ihre generative Entscheidung treffen müssen. Auch sind berufliche Auszeiten wie Elternzeit, temporäre Teilzeit oder Sabbaticals noch oft mit Karrierenachteilen verbunden. Lebenszeitarbeitskonten könnten zu einer Entzerrung beitragen. Zu kulturellen Veränderungen auf dem Arbeitsmarkt gehört auch die positive Anerkennung von familienbedingten Auszeiten, da Eltern hier wertvolle soziale Kompetenzen entwickeln.

Der Anstieg des Alters von hochqualifizierten Frauen bei der Erstgeburt kann als Folge des in der Rushhour des Lebens vorherrschenden Zeitdrucks interpretiert werden. Mit der steigenden Anzahl höher gebildeter Menschen wird die Gruppe jener Personen, die die Rushhour des Lebens durchmachen, immer größer. Die Konsequenzen weiten sich über die individuelle Ebene hinaus auf die gesellschaftliche Ebene aus (Lothaller 2008). Fakt ist, dass die Assistierte Reproduktionstechnik (ART) in den letzten Dekaden enorme Fortschritte gemacht hat. Die medizinische Kinderwunschbehandlung bietet neue Optionen zur Erfüllung von Kinderwünschen trotz Infertilität durch innovative und kostenintensive Methoden wie In-Vitro-Fertilisation (IVF) oder Social Egg Freezing. Zunehmend entsteht durch die Massenmedien ein unrealistisches Bild der unbegrenzten Möglichkeiten des Kinderkriegens, das falsche Hoffnungen vermitteln kann. Die Realität sieht so aus, dass nicht alle Infertilitätsprobleme sich reproduktionsmedizinisch behandeln lassen. Berücksichtigt man nur Lebendgeburten, liegt die Erfolgswahrscheinlichkeit einer Kinderwunschbehandlung relativ niedrig (Trappe 2013). Fragwürdig ist, inwieweit ART die abnehmende Fruchtbarkeit in höherem Alter kompensieren kann und damit aufgeschobene Geburten in der stressigen Rushhour-Phase nachholen kann. So zeigt die empirische Evidenz, dass die Erfolgsraten der ART ab 35 Jahren stark sinken (Leridon 2004).

#### **Entzerrung der Rushhour bei Familien mit kleinen Kindern**

Durch die Einführung des Elterngeldes im Jahr 2007 hat die Politik zu einer finanziellen Entlastung der jungen Familien in den ersten 14 Lebensmonaten von Kindern beigetragen. Das gegenwärtig diskutierte Elterngeld-Plus könnte diese Entlastung bei Teilzeitarbeit auch noch da-

rüber hinaus verlängern. Allerdings hat das Elterngeld bisher zwar eine zeitliche Entlastung in der Babyphase, jedoch nicht in der Kleinkindphase bewirkt, da hier der Anreiz für eine Erwerbsarbeit der Mütter verstärkt wurde. Die Vätermomente haben zu einer Entlastung von Eltern beigetragen, da vor Einführung des Elterngeldes nur etwa 4 % der Väter Elternzeit genommen haben, während es für im Jahr 2013 geborene Kinder sogar 31,9 % sind (Statistisches Bundesamt 2015). Neben der bezahlten Elternzeit gibt es zudem den Anspruch auf Elternzeit mit Arbeitsplatzgarantie von drei Jahren, die in Teilen auch bei älteren Kindern beansprucht werden kann. Dadurch bestehen Möglichkeiten, familienbedingte „Berufspausen“ zu machen, die jedoch oft an finanziellen Notwendigkeiten scheitern. Zu einer weiteren Entlastung von Eltern kann die Politik beitragen, indem sie verlässliche Infrastruktur für Kleinkindbetreuung, Ganztagskindergärten und Ganztagschulen bereitstellt. Zudem kann ein Ausbau haushaltsnaher Dienstleistungen durch steuerliche und infrastrukturelle Maßnahmen gefördert werden.

Auf Seite der Arbeitswelt gibt es mehrere Maßnahmen, die die Vereinbarkeit von Beruf und Familie verbessern können. Dazu gehören Gleitzeit, Telearbeit und individuelle flexible Arrangements für Eltern. Qualifizierte, vollzeitnahe Teilzeitarbeit ist auch eine von vielen Eltern gewünschte Erwerbsform. Gegenwärtig ist die Nachfrage nach vollzeitnaher Teilzeitarbeit weitaus größer als das Angebot (Deutscher Bundestag 2012) und viele Teilzeitstellen sind „Karrierefallen“. Während Familien mit kleinen Kindern einer enormen Arbeitsbelastung in Beruf und Haushalt ausgesetzt sind, befinden sich ältere Arbeitnehmer in einer mit weitaus geringerer Belastung behafteten Lebensphase. Sie sind in der „Off Peak Phase“, um den analogen Begriff für das Gegenteil von Rushhour in der Metapher des Straßen- und Schienenverkehrs zu verwenden. In der Gesamtbetrachtung kann die Nutzung dieser Potenziale – gerade bei Akademikern – die junge Elterngeneration entlasten. Eine solche Entzerrung kann jedoch nur dann erreicht werden, wenn die Karriereverläufe flexibler und Altersgrenzen weniger rigide sind. Neben den hier genannten Maßnahmen ist es jedoch zentral, dass eine familienfreundliche Unternehmenskultur etabliert wird. Solange abendliche Termine und lange Arbeitszeiten die betriebliche Realität prägen und als karriereförderlich gelten, geraten Eltern unter besonderen Zeitdruck und sind mit Zielkonflikten konfrontiert.



Tabelle 1: Vergleich der Rushhour von Lebensentscheidungen und Familienzyklus

	Die Rushhour von Lebensentscheidungen	Die Rushhour im Familienzyklus
Alter	25-40 Jahre, besonders 27-35 Jahre	Alter der Kinder < 10 Jahre, besonders < 6 Jahre
Bildungsgruppen	Akademiker/innen	alle
Lebensform	alle	Eltern von Kindern
Geschlecht	in Partnerschaften beide, sonst mehr bei Frauen	tendenziell beide
Ursachen des Phänomens	Zunahme Frauenerwerbstätigkeit, wissensbasierte Ökonomie, fehlende Vereinbarkeitsstrukturen	Zunahme Frauenerwerbstätigkeit und Väterfürsorgearbeit, fehlende Vereinbarkeitsstrukturen

Die Eltern können auch selbst zu einer Entzerrung der Arbeitsbelastung in der Phase mit kleinen Kindern beitragen. Gerade viele Väter unterschätzen die Möglichkeiten, ihre Berufstätigkeit zu unterbrechen oder zu reduzieren. Es gilt, vorhandene Ansprüche an Arbeitgeber auch zu nutzen. Gelegentlich kann ein temporärer Einkommenstransfer durch die Großeltern auch helfen, um finanzielle Spielräume für eine Arbeitszeitreduzierung zu schaffen. Bei der Kinderbetreuung können Nachbarn und Großeltern eingebunden werden. Eine räumliche Nähe von Großeltern ist eine kaum zu überschätzende Ressource. Andere Entlastungspotenziale liegen darin, Haushaltsdienstleistungen zu delegieren, ein gutes Zeitmanagement zu etablieren und den elterlichen Perfektionismusanspruch zu überdenken.

## 5. Fazit

Die Rushhour des Lebens tritt in zwei Varianten auf (vgl. Überblick in Tabelle 1): Eine Verdichtung von zentralen Lebensentscheidungen im Alter von 27-35 Jahren bei Akademikern und eine intensive Arbeitsbelastung bei Eltern von kleinen Kindern, wobei sowohl Frauen als auch Männer davon betroffen sind.

Die Rushhour von Lebensentscheidungen tritt dadurch auf, dass eine stetig wachsende Zahl von Akademikern später im Beruf ankommt, die wissensbasierten Arbeitsmärkte fluider sind und aufgrund der biologischen Uhr das Zeitfenster für Kinder kleiner geworden ist. Dazu kommt, dass die Lebensläufe zweier Partner in Hinblick auf Ausbildung, Beruf und Wohnort koordiniert werden müssen.

Die Rushhour bei Familien mit kleinen Kindern zeigt sich deutlich an der Arbeitsbelastung, wenn man die

häusliche und berufliche Arbeit zusammennimmt. Diese enorme Arbeitsintensität, die kaum Zeit für Erholung und erwachsenentypische Freizeit lässt, beginnt mit der Geburt von Kindern und entspannt sich, sobald das jüngste Kind das Schulalter erreicht. Ein Grund ist, dass die Ansprüche an (und von) Eltern doppelt gestiegen sind: einerseits hinsichtlich der Förderung der Kinder und andererseits wird auch von Müttern zunehmend erwartet und gewünscht, dass sie arbeiten. Ein weiterer Grund ist, dass diese Veränderungen häufig auf mangelhafte Betreuungsinfrastruktur und familienfeindliche Arbeitsbedingungen treffen.

Beide Varianten der Rushhour lassen sich durch verschiedene Maßnahmen entzerren, wobei Politik, Wirtschaft und Eltern jeweils dazu beitragen können. Eine solche Entzerrung ist eine zentrale gesellschaftliche Herausforderung zu Beginn des 21. Jahrhunderts – aus sozialpolitischen, gleichstellungspolitischen und demografischen Gründen. Dazu kommt, dass die geschlechtsspezifische Ungleichheit von Erwerbs- und Fürsorgearbeit in der Realität den Wünschen der jungen Eltern häufig widerspricht. Dies kann fatale Folgen in Bezug auf Rentenanwartschaften und Karriereperspektiven bei Frauen haben, aber auch bei Männern die langfristige Bindungsintensität, gerade auch bei Scheidungen, beeinträchtigen.

## Literatur

Bertram, Hans (2006): Nachhaltige Familienpolitik im europäischen Vergleich. In: P. A. Berger und H. Kahlert (Hrsg.): Der demographische Wandel. Frankfurt/New York: 203–236.



- Bertram, Hans; Bujard, Martin; Rösler, Wiebke (2011): Rush-Hour des Lebens. Geburtenaufschub, Einkommensverläufe und familienpolitische Perspektiven. In: *Journal für Reproduktivmedizin und Endokrinologie* 8 (2): 91–99.
- Bittman, Michael; Wajcman, Judy (2000): The Rush Hour: The Character of Leisure Time and Gender Equity. In: *Social Forces* 79 (1): 165–189.
- Buber, Isabella; Panova, Ralina; Dorbritz, Jürgen (2014): Fertility intentions of university graduates. In: *Demográfia English Edition* 56: 5–34.
- Bujard, Martin (2012): Family Policy and Demographic Effects: The Case of Germany. In: *Demográfia English Edition* 54, 56–78.
- Bujard, Martin; Lück, Detlev (2015): Kinderlosigkeit und Kinderreichtum: Gründe und Daten für eine paritäts-spezifische Fertilitätsforschung. In: *Zeitschrift für Familienforschung* 27 (3): 255–269.
- Bujard, Martin; Schwebel, Lars (2015): Väter zwischen Wunsch und Realität. Neue Vereinbarkeitsprobleme von Familie und Beruf bei Männern. In: *Gesellschaft, Wirtschaft, Politik (GWP)*, Heft 2/2015: 211–224.
- Dechant, Anna; Rost, Harald; Schulz, Florian (2014): Die Veränderung der Arbeitsteilung in Paarbeziehungen. In: *Zeitschrift für Familienforschung* 26 (2): 144–168.
- Deutscher Bundestag (2006): Siebter Familienbericht. Familie zwischen Flexibilität und Verlässlichkeit. Perspektiven für eine lebenslaufbezogene Familienpolitik. Berlin: Deutscher Bundestag (Drucksache 16/1360).
- Deutscher Bundestag (2011): Erster Gleichstellungsbericht: Neue Wege – Gleiche Chancen. Gleichstellung von Frauen und Männern im Lebensverlauf. Berlin: Deutscher Bundestag (Drucksache 17/6240).
- Deutscher Bundestag (2012): Achter Familienbericht: Zeit für Familie – Familienzeitpolitik als Chance einer nachhaltigen Familienpolitik. Berlin: Deutscher Bundestag (Drucksache 17/9000).
- Hassan, Mohamed A. M.; Killick, Stephen R. (2003): Effect of male age on fertility: evidence for the decline in male fertility with increasing age. In: *Fertility and Sterility* 79, Supplement 3: 1520–1527.
- Hoffman, Lois W.; Hoffman, Martin L. (1973): The Value of Children to Parents. In: Fawcett, J. T. (Hrsg.): *Psychological Perspectives on Population*, New York: Basic Books: 19–76.
- Leridon, Henri (2004): Can assisted reproduction technology compensate for the natural decline in fertility with age? A model assessment. In: *Human Reproduction Update* 19 (7): 1548–1553.
- Lothaller, Harald (2008): Die ‚rush hour‘ des Lebens und die Bedeutung der Familienarbeit und ihrer Aufteilung. In: *Journal für Generationengerechtigkeit* 8 (3): 4–8.
- Metz-Göckel, Sigrid; Heusgen, Kirsten; Möller, Christina (2012): Im Zeitkorsett. Generative Entscheidungen im wissenschaftlichen Lebenszusammenhang. In: Bertram, Hans; Bujard, Martin (Hrsg.): *Zeit, Geld, Infrastruktur – zur Zukunft der Familienpolitik*. Soziale Welt, Sonderband 19. Baden-Baden, Nomos: 271–290.
- Peuckert, Rüdiger (2008): *Familienformen im sozialen Wandel*. 7. Aufl. Wiesbaden: VS Verlag.
- Sartorius, Gideon A.; Nieschlag, Eberhard (2010): Paternal age and reproduction. In: *Human Reproduction Update* 16 (1): 65–79.
- Schmidt, Lone; Sobotka, Tomáš; Bentzen, Janne Gasseholm; Nyboe Andersen, Anders (2012): Demographic and medical consequences of the postponement of parenthood. In: *Human Reproduction Update* 18 (1): 29–43.
- Schneider, Norbert F. (2014): Die Rushhour des Lebens. Stress und Überforderung zwischen 25 und 45? In: *Schufa-Kreditkompass 2014*. Konsum und Finanzen in der Rushhour des Lebens. Wiesbaden: 52–58.
- Statistisches Bundesamt (2010): *Mikrozensus 2008*. Neue Daten zur Kinderlosigkeit in Deutschland, überarbeitete Version. Wiesbaden.
- Statistisches Bundesamt. [Statement von Präsident Roderich Egeler] (2015a): *Wie die Zeit vergeht – Ergebnisse zur Zeitverwendung in Deutschland 2012/2013*. Pressekonferenz: Wiesbaden, 26. August 2015.
- Statistisches Bundesamt (2015b). *Öffentliche Sozialleistungen*. Statistik zum Elterngeld. Beendete Leistungsbezüge für im 1. Vierteljahr 2014 geborene Kinder. Wiesbaden: Statistisches Bundesamt.
- Trappe, Heike (2013): *Assistierte Reproduktion in Deutschland*. Rahmenbedingungen, quantitative Entwicklung und gesellschaftliche Relevanz. In: Dirk Konietzka und Michaela Kreyenfeld (Hg.): *Ein Leben ohne Kinder*. Kinderlosigkeit in Deutschland. 2. Aufl. Wiesbaden: VS Verlag: 331–350.
- van Noord-Zaadstra, Boukje; Looman, Caspar; Alsbach, Hans; Habbema, Dik; te Velde, Egbert; Karbaat, Jan (1991): Delaying childbearing: effect of age on fecundity and outcome of Pregnancy. In: *British Medical Journal* 302: 1361–1365.