

5.5 Zeitverwendung

Nelli Krüger, Kristina Kott,
Sylvia Behrends

Statistisches Bundesamt
(Destatis)

Wie verbringen die Menschen in Deutschland ihre Zeit? Wie viel Zeit wenden Frauen und Männer für unbezahlte (Sorge-) Arbeit auf, wie groß ist der Gender Care Gap? Wofür wünschen sich die Menschen mehr Zeit und wer ist von Einsamkeit betroffen? Antworten auf diese und viele weitere Fragen geben die Ergebnisse der Zeitverwendungserhebung (ZVE), die seit 1991 in etwa zehnjährigen Abständen durchgeführt wird. In der nunmehr vierten ZVE 2022 haben rund 10000 Haushalte mit 20000 Personen ab 10 Jahren detailliert Auskunft darüber gegeben, wie viel Zeit sie für ihre täglichen Aktivitäten aufwenden. Keine andere Quelle liefert dazu so umfassende Daten wie die ZVE. Veränderungen im Alltag der Bevölkerung, die immer auch ein Stück weit Ausdruck gesellschaftlicher Entwicklungen sind, können so nachvollzogen werden. Die Daten sind insbesondere für die Wissenschaft und Forschung interessant, um die Alltagsgewohnheiten der Menschen, aber auch gesellschaftliche Zustände und deren Veränderung zu analysieren. [► Info 1](#)

Abschnitt 5.5.1 gibt einen Überblick über den durchschnittlichen Tagesablauf der Menschen in Deutschland. Im Schwerpunkt widmet sich Abschnitt 5.5.2 der Frage, wie die Arbeit – gemeint sind hier sowohl die bezahlte als auch unbezahlte Arbeit – zwischen Männern und Frauen verteilt ist. Dabei wird auch auf die geäußerten Zeitwünsche eingegangen. Abschließend beleuchtet Abschnitt 5.5.3 das Thema »Einsamkeit«,

das seit den Jahren der Coronapandemie besonders im Fokus steht und bei der ZVE 2022 erstmals erfasst wurde.

5.5.1 Zeitverwendung im Überblick

In der Zeit zwischen 22:30 Uhr und 8:00 Uhr waren Schlafen und Körperpflege die häufigste »Tätigkeit«, mit einem Höhepunkt von 98 % zwischen 3:00 Uhr und 4:00 Uhr in den frühen Morgenstunden. Während dieser Anteil im Verlauf des Morgens immer weiter abnahm, wuchs der Anteil für (bezahlte und unbezahlte) Arbeit oder Bildung: Ab 8:10 Uhr waren dann mehr Personen mit Arbeit oder Bildung beschäftigt als mit Schlafen und Körperpflege. Zwischen 10:10 Uhr und 11:50 Uhr war dieser Anteil mit rund 60 % am höchsten. Um 17:00 Uhr dominierten erstmals am Tag die Freizeitaktivitäten und erreichten den Höchststand um 20:50 Uhr mit 74 %. Um 22:30 Uhr war dann gut die Hälfte aller Personen wieder mit Körperpflege beschäftigt oder schlief schon. Rund 40 % waren noch wach und verbrachten ihre Zeit mit Freizeitaktivitäten. [► Abb 1](#)

Wenn die durchschnittliche Verteilung der 24 Stunden des Tages auf die wesentlichen Aktivitätskategorien betrachtet wird, so entfiel mit mehr als 11 Stunden fast die Hälfte des Tages auf die persönlichen Grundbedürfnisse, also auf Schlafen, Essen und Körperpflege. Mehr als 6 Stunden und damit gut ein Viertel des Tages entfiel auf Erwerbstätigkeit, Bildung und unbezahlte Arbeit. [► Abb 2](#)

► Info 1

Zeitverwendungserhebung 2022

Auf Grundlage des Zeitverwendungserhebungsgesetzes (ZVEG) haben vom 1. Januar bis 31. Dezember 2022 rund 10000 Haushalte mit 20000 Personen ab 10 Jahren auf freiwilliger Basis an drei vorgegebenen Tagen ein Zeit-Tagebuch geführt oder ihre verbrachte Zeit in einer App protokolliert. So haben sie in Zehn-Minuten-Schritten aufgezeichnet, wie sie ihre Tage verbracht haben – protokolliert wurden die Haupt- und Nebentätigkeiten an jeweils zwei Wochentagen und einem Tag am Wochenende. Jede Angabe wurde für die Auswertung einer von insgesamt 174 Aktivitäten zugeordnet, die wiederum in neun Hauptkategorien gegliedert sind. Das Spektrum reicht von der Kategorie »Persönlicher Bereich und physiologische Regeneration« über »Erwerbstätigkeit« und »Haushaltsführung und Betreuung der Familie« bis hin zur »Mediennutzung«. Die Zeitverwendungserhebung (ZVE) ist eine Quotenstichprobe, bei der durch eine differenzierte Quotierung und Hochrechnung anhand des Mikrozensus ein höchstmöglicher Grad an Repräsentativität der ZVE-Ergebnisse für die Gesamtheit der privaten Haushalte in Deutschland sichergestellt wird. Die ZVE 2022 war die vierte Erhebung dieser Art – nach 1991/92, 2001/02 und 2012/13.

Ebenfalls mehr als 6 Stunden oder ein Viertel des Tages wurde für Freizeitaktivitäten verwendet. Der größte Teil dieser Zeit entfiel mit fast 3 Stunden auf die Mediennutzung, zum Beispiel Fernsehen, Streaming-Dienste und Lesen, gefolgt von der Zeit für soziales Leben und Unterhaltung mit knapp 2 Stunden. Für Sport, Hobbys und Spiele wurde mit durchschnittlich gut 1 Stunde pro Tag die wenigste freie Zeit aufgewendet. ▶ [Info 2](#)

▶ **Info 2**

Unbezahlte Arbeit

Zu unbezahlter Arbeit zählen zum einen Tätigkeiten der Haushaltsführung wie das Zubereiten von Mahlzeiten, die Instandhaltung von Haus und Wohnung, die Textilpflege, handwerkliche Tätigkeiten und das Einkaufen. Darüber hinaus umfasst sie auch die Betreuung von Kindern des Haushalts und von anderen Haushaltsmitgliedern, die Unterstützung von Personen in anderen Haushalten sowie ehrenamtliches und freiwilliges Engagement. Mit diesen Tätigkeiten verbundene Wegezeiten werden ebenfalls berücksichtigt.

Zur Abgrenzung der unbezahlten Arbeit von persönlichen Tätigkeiten und Freizeitaktivitäten wird das sogenannte »Dritt-Personen-Kriterium« herangezogen. Danach zählen alle Aktivitäten, die auch von einer anderen Person gegen Bezahlung übernommen werden können, zur unbezahlten Arbeit. Dieses Vorgehen ist international üblich und entspricht den Empfehlungen des Statistischen Amtes der Europäischen Union (Eurostat).

Bezahlte Arbeit, Erwerbsarbeit

Hierunter fallen die bezahlte Arbeitszeit in Haupt- und Nebenerwerbstätigkeit einschließlich Pausen und Wegezeiten. Auch die Suche nach einer Arbeitsstelle wird der bezahlten Arbeit zugeordnet.

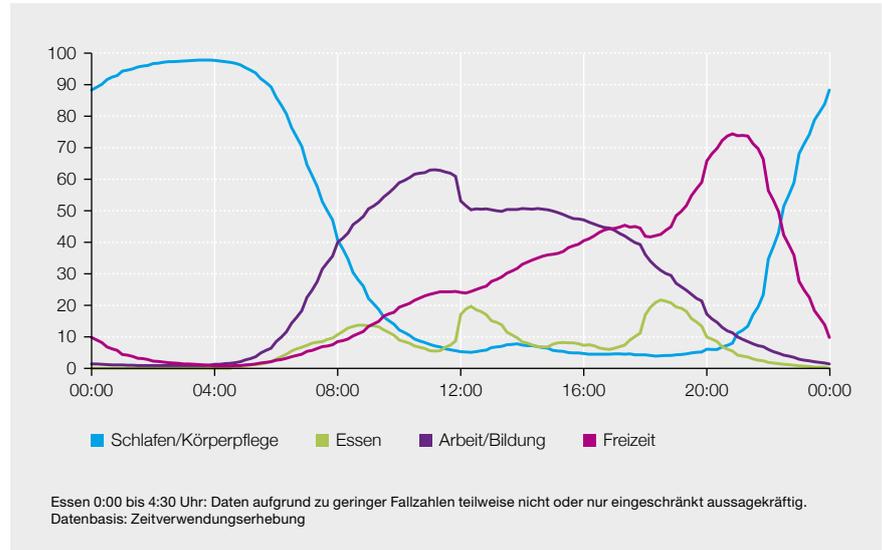
Bildung

Hierzu zählen Unterrichtszeiten in der Schule, Lehrveranstaltungen an einer Hochschule oder Weiterbildungsmaßnahmen im Beruf oder in der Freizeit. Auch Pausen, Lernzeiten, die Teilnahme an schulischen Betreuungsangeboten sowie mit den Bildungsaktivitäten verbundene Wegezeiten werden hier zugeordnet.

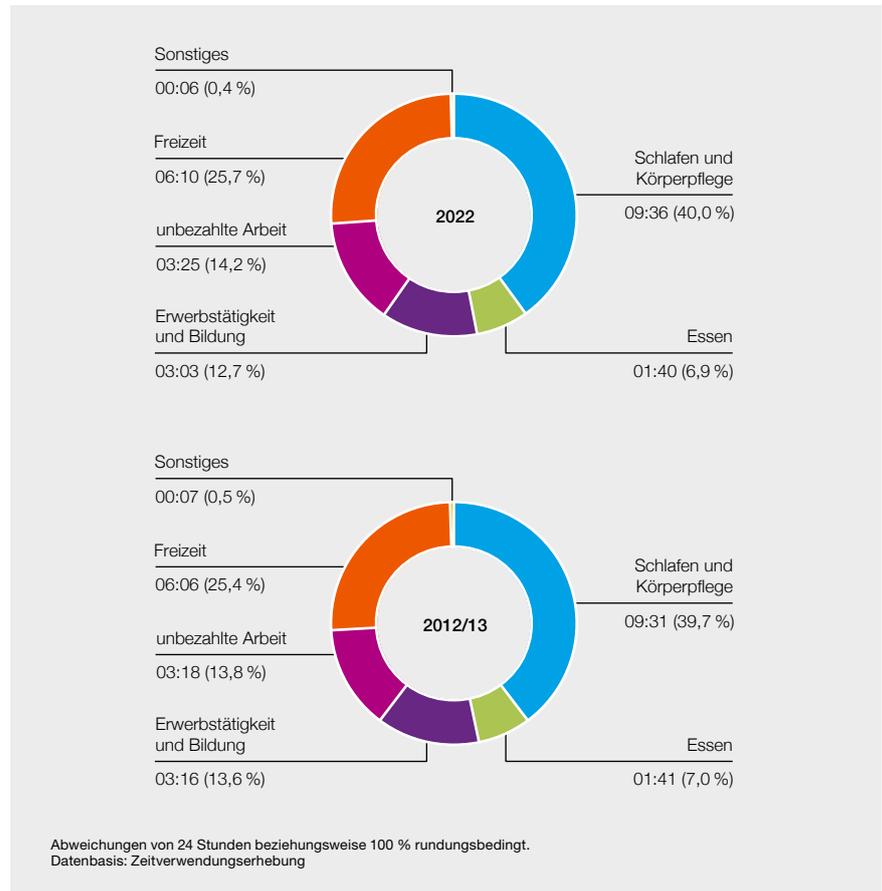
Freizeit

Hierzu zählt die Mediennutzung, zum Beispiel Fernsehen, Streaming-Dienste und Lesen, weiterhin der Bereich soziales Leben und Unterhaltung, zum Beispiel Treffen im Freundes- und Familienkreis, Besuche von Kultur- oder Sportveranstaltungen, aber auch Ausruhen sowie die Nutzung sozialer Medien. Auch der Bereich Sport, Hobbys und Spiele sowie die mit Freizeitaktivitäten verbundenen Wegezeiten werden einbezogen.

▶ **Abb 1** Zeitverwendung im Tagesverlauf von Personen ab 10 Jahren 2022 – in Prozent



▶ **Abb 2** Durchschnittliche Zeitverwendung von Personen ab 10 Jahren – in Stunden pro Tag



Bei diesen Zeitangaben ist zu berücksichtigen, dass es sich um Durchschnittswerte beispielsweise über Jung und Alt, Männer und Frauen, Erwerbstätige und Nichterwerbstätige handelt. Hier fließt also die Zeitverwendung so unterschiedlicher Gruppen wie Schulkinder, Vollzeit-erwerbstätige oder Rentnerinnen und Rentner ein. Zudem wurde der Durchschnitt über Werktage und Wochenenden hinweg gebildet. Daraus resultiert zum Beispiel ein über alle Personen ab 10 Jahren gerechneter Durchschnittswert für Erwerbstätigkeit von rund 2,5 Stunden am Tag. Wenn man jedoch nur diejenigen betrachtet, die in der Erhebung überhaupt Zeitangaben für Erwerbstätigkeit gemacht haben, dann liegt die durchschnittliche Erwerbstätigkeit dieser Personen bei gut 7,5 Stunden pro Tag. Die Betrachtung von Durchschnittangaben über alle Befragten mag alltagsfern anmuten. Sie macht aber generelle Verschiebungen in der Zeitverwendung der Bevölkerung im Zeitvergleich sichtbar.

Im Vergleich zur Erhebung 2012/13 sind sowohl der durchschnittliche Tagesablauf als auch die Grundstruktur der Zeitverwendung nahezu identisch geblieben. Innerhalb der Kategorien gibt es jedoch Veränderungen: So wurden 2022 im Schnitt über alle Personen ab 10 Jahren hinweg pro Tag 13 Minuten weniger für Erwerbstätigkeit und Bildung aufgewendet als zehn Jahre zuvor. Gut die Hälfte dieses Rückgangs hat seine Ursache in geringeren Wegezeiten. Hier liegt ein Zusammenhang mit dem verstärkten Arbeiten aus dem Homeoffice auch nach der Coronapandemie nahe. Demgegenüber wendeten die Menschen 2022 im Schnitt 5 Minuten mehr für die persönlichen Grundbedürfnisse auf als 2012/13. Mit Freizeitaktivitäten verbrachten sie 4 Minuten mehr. Im Schnitt 7 Minuten mehr als zehn Jahre zuvor wurden für unbezahlte Arbeit aufgewendet, hier besonders für die Kinderbetreuung.

Je enger man die Betrachtung auf einzelne Personengruppen und Aktivitätsbereiche eingrenzt, desto sichtbarer werden Veränderungen in der Zeitverwendung.

Im Folgenden wird die Zeitverwendung für bezahlte und unbezahlte Arbeit betrachtet, mit denen die meisten Menschen in Deutschland von morgens bis zum Abend den Großteil ihrer Zeit verbringen. Hier zeigen sich im Zehnjahresvergleich durchaus nennenswerte Veränderungen.

5.5.2 Zeitverwendung für bezahlte und unbezahlte Arbeit, Gender Care Gap

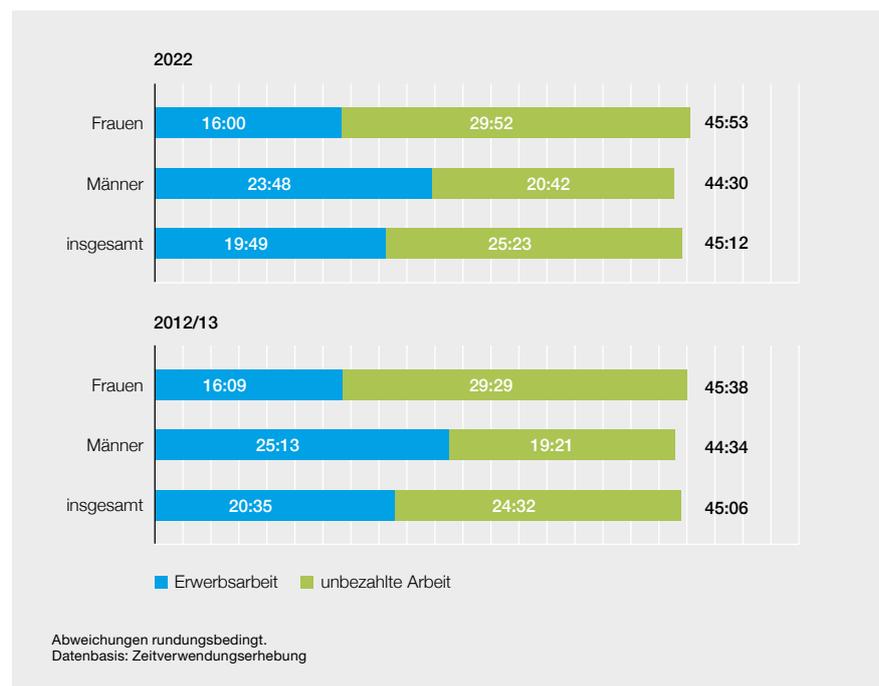
Bezahlte und unbezahlte Arbeit von Personen ab 18 Jahren

Pro Woche arbeiteten Erwachsene im Jahr 2022 durchschnittlich rund 45 Stunden. Das war fast die gleiche Stundenzahl wie zehn Jahre zuvor. Arbeit umfasst hierbei sowohl die Erwerbsarbeit als auch die unbezahlte Arbeit wie Haushaltsführung, Kinderbetreuung, die Sorge für pflegebedürftige Angehörige, ehrenamtliches Engagement oder die Unterstützung von Personen, die nicht im eigenen Haushalt leben. Von den 45 Stunden Arbeit

entfielen über alle Befragten ab 18 Jahren betrachtet knapp 20 Stunden auf die Erwerbsarbeit einschließlich Arbeitssuche und Wegen zur Arbeit. Den größeren Anteil machte jedoch mit knapp 25,5 Stunden die unbezahlte Arbeit aus. ▶ Abb 3

Dies sind wohlgermerkt Durchschnittswerte für Erwachsene aller Altersgruppen sowie ungeachtet des Erwerbs-, Bildungs- und Familienstatus. Betrachtet man den Umfang und die Verteilung von bezahlter und unbezahlter Arbeit getrennt für Frauen und Männer, so zeigen sich Ungleichheiten zwischen den Geschlechtern. Frauen ab 18 Jahren arbeiteten 2022 im Schnitt fast 46 Stunden pro Woche. Bei Männern waren es 44,5 Stunden. Auch zehn Jahre zuvor haben Frauen mehr gearbeitet als Männer. Der Umfang der geleisteten Arbeit insgesamt ist über die Zeit bei den Männern nahezu gleich geblieben und bei den Frauen etwas gestiegen. Damit hat sich der Unterschied zwischen den Geschlechtern vergrößert: Im Jahr 2022 arbeiteten Frauen

▶ Abb 3 Erwerbsarbeit und unbezahlte Arbeit von Personen ab 18 Jahren – in Stunden pro Woche



knapp 1,5 Stunden mehr als Männer. Zehn Jahr zuvor hatte der Unterschied nur etwa 1 Stunde betragen.

Frauen ab 18 Jahren leisten nicht nur weiterhin mehr Arbeit pro Woche als Männer. Ihre Arbeit besteht auch weiterhin

zum größeren Teil aus unbezahlter Arbeit – dazu zählt vor allem die Sorgearbeit in der Haushaltsführung, Kinderbetreuung und Pflege von Angehörigen, aber auch ehrenamtliches oder freiwilliges Engagement sowie die Unterstützung

haushaltsfremder Personen. Fast zwei Drittel ihrer 46-Stunden-Woche bestanden aus unbezahlter Arbeit. Dies entspricht knapp 30 Stunden. Bei Männern waren es mit knapp 21 Stunden weniger als die Hälfte ihrer 44,5-Stunden-Woche. Somit leisteten Frauen im Schnitt pro Woche rund 9 Stunden mehr unbezahlte Arbeit als Männer. Daraus resultiert für das Jahr 2022 ein Gender Care Gap von 44,3%. Frauen leisteten also 44,3% mehr unbezahlte Arbeit als Männer. Dies entspricht einem Mehraufwand von 1 Stunde und 19 Minuten pro Tag. Im Jahr 2012/13 hatte der Gender Care Gap bei 52,4% gelegen. Frauen verrichteten damals pro Tag 1 Stunde und 27 Minuten mehr unbezahlte Arbeit als Männer. ▶ Info 3

Das heißt: Die Lücke zwischen Frauen und Männern bei der unbezahlten Arbeit wurde im Zeitvergleich kleiner, sie ist aber nach wie vor beträchtlich. Dabei erhöhte sich die Zeit, die Frauen wöchentlich mit unbezahlter Arbeit verbringen, gegenüber 2012/13 sogar um gut 20 Minuten. Allerdings stieg der Zeitaufwand bei den Männern noch stärker, nämlich um gut 1 Stunde und 20 Minuten pro Woche. ▶ Abb 4

Fast die Hälfte der unbezahlten Arbeit setzte sich bei Frauen aus Tätigkeiten der klassischen Hausarbeit wie Kochen, Putzen und Wäsche waschen zusammen. Mehr als 13 Stunden pro Woche oder fast 2 Stunden pro Tag wendeten Frauen im Schnitt für diese Tätigkeiten auf. Männer verbrachten nur halb so viel Zeit damit. Auch mit der Betreuung, Pflege und Unterstützung von Kindern und erwachsenen Haushaltsmitgliedern verbrachten Frauen fast doppelt so viel Zeit wie Männer. Pro Woche wendeten sie hierfür mehr als 3,5 Stunden auf, Männer nur knapp 2 Stunden. Mit Einkaufen und Haushaltsorganisation verbrachten Frauen fast 5 Stunden pro Woche, Männer hingegen 4 Stunden. Für die weiteren unbezahlten Tätigkeiten wie Gartenarbeit, handwerkliche Tätigkeiten, ehrenamtliches und freiwilliges Engagement sowie die Unterstützung anderer Haushalte wendeten Frauen und Männer insgesamt etwa gleich viel Zeit auf. ▶ Abb 5

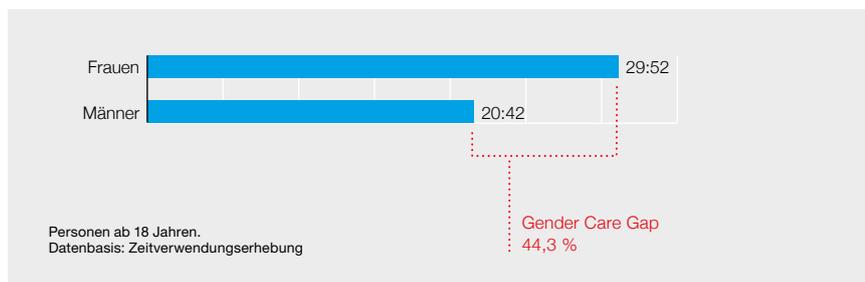
▶ Info 3

Gender Care Gap

Der Gender Care Gap zeigt den unterschiedlichen Zeitaufwand, den Frauen und Männer für unbezahlte Arbeit aufbringen. Damit ist diese Kennziffer ein wichtiger Indikator zum Stand der Gleichstellung von Frauen und Männern (siehe auch Kapitel 7.6, Seite 294).

Wird die Differenz beim Zeitaufwand für unbezahlte Arbeit von Frauen und Männern ins Verhältnis zum Zeitaufwand für unbezahlte Arbeit der Männer gesetzt, ergibt sich daraus der Gender Care Gap. Dabei gilt, je höher der Gender Care Gap ausfällt, desto höher ist die durchschnittliche Zeitverwendung für unbezahlte Arbeit der Frauen im Vergleich zu denen der Männer. Umgekehrt gilt, dass der Gender Care Gap dann negativ ist, wenn Männer mehr Zeit für unbezahlte Arbeit aufwenden als Frauen.

▶ Abb 4 Zeitaufwand für unbezahlte Arbeit von Frauen und Männern 2022 – in Stunden pro Woche



▶ Abb 5 Unbezahlte Arbeit nach Arbeitsbereichen von Personen ab 18 Jahren 2022 – in Stunden pro Woche



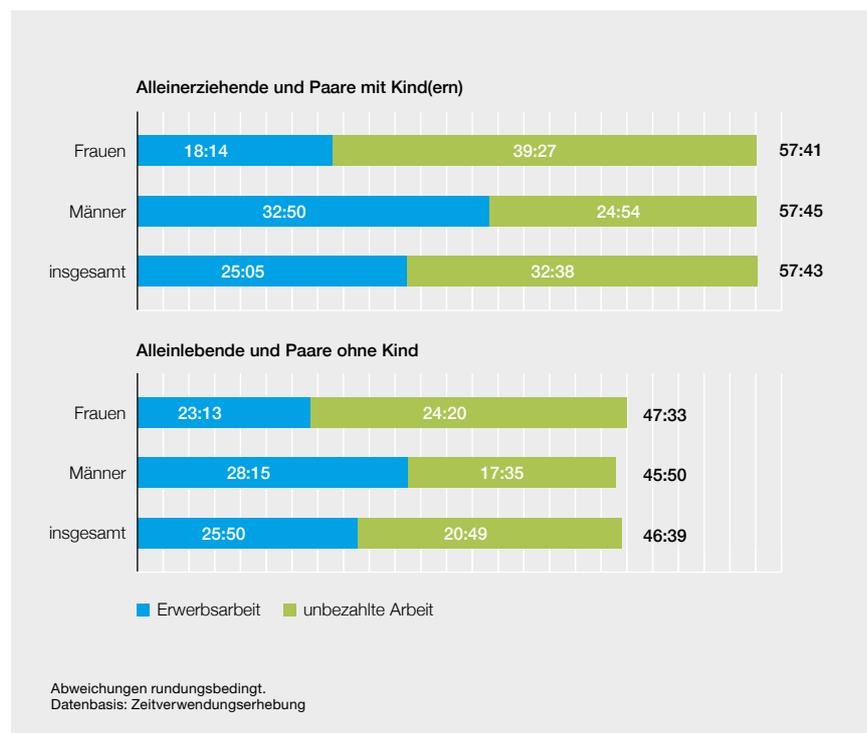
Bezahlte und unbezahlte Arbeit von Personen mit und ohne Kind(er) im Haushalt

Der Umfang an geleisteter Arbeit von Erwachsenen im Erwerbsalter von 18 bis 64 Jahren unterscheidet sich je nachdem, ob sie in einem Haushalt mit oder ohne Kind(er) leben. Betrachtet man Haushalte mit Kindern – also sowohl Haushalte von Alleinerziehenden als auch von Paaren mit einem oder mehreren Kindern –, zeigt sich, dass die Elternteile im Schnitt gut 57,5 Stunden pro Woche arbeiteten. Damit leisteten Väter und Mütter etwa 11 Stunden mehr Arbeit als 18- bis 64-jährige Erwachsene, die in einem Haushalt ohne Kind leben. Die Mehrarbeitszeit ist in erster Linie durch einen größeren Umfang an unbezahlter Arbeit bedingt – schließlich fallen zusätzliche Aufgaben wie Kinderbetreuung an und die Haushaltsführung erfordert in einem größeren Haushalt ebenfalls mehr Zeit. ▶ [Abb 6](#)

Besonders groß ist der Unterschied zwischen Vätern, deren Kinder im Haushalt leben, und Männern ohne Kind im Haushalt. Väter arbeiteten im Schnitt 12 Stunden mehr pro Woche als Männer ohne Kind. Dabei leisteten sie 4,5 Stunden mehr Erwerbsarbeit und 7,5 Stunden mehr unbezahlte Arbeit. Der Unterschied zwischen Müttern mit Kindern im Haushalt und Frauen ohne Kind betrug 10 Stunden pro Woche. Dabei leisteten Mütter 15 Stunden mehr unbezahlte Arbeit pro Woche und 5 Stunden weniger Erwerbsarbeit als Frauen ohne Kind.

Der Unterschied bei der Erwerbsarbeit von Frauen mit und ohne Kind(er) hängt stark vom Alter des jüngsten Kindes ab. Mütter von Kindern im Alter von 6 bis unter 18 Jahren gingen im Schnitt nur 1 Stunde weniger bezahlter Arbeit nach als Frauen ohne Kind. Zehn Jahre zuvor hatte der Abstand noch 4,5 Stunden betragen. Mütter von Kindern unter 6 Jahren leisteten hingegen 10 Stunden weniger Erwerbsarbeit pro Woche als Frauen ohne Kind im Haushalt, hier ist der Abstand gegenüber 2012/13 um eine halbe Stunde geringer geworden.

▶ **Abb 6** Erwerbsarbeit und unbezahlte Arbeit von Personen zwischen 18 und 64 Jahren in ausgewählten Haushaltstypen 2022 – in Stunden pro Woche



Die Ergebnisse zeigen: Während Väter zehn Jahre zuvor leisteten Väter gut zwei Stunden mehr Arbeit als Mütter. Die Aufteilung der Arbeit auf Erwerbsarbeit und unbezahlte Arbeit ist zwischen Müttern und Vätern aber auch nach den Daten des Jahres 2022 unterschiedlich. Während bei Vätern die Arbeit zu mehr als der Hälfte (57 %) aus Erwerbsarbeit bestand, waren es bei Müttern zu mehr als zwei Dritteln (68 %) unbezahlte Tätigkeiten. Es ist daher nicht verwunderlich, dass jede vierte erwerbstätige Mutter (24,1 %) ihre für Erwerbsarbeit zur Verfügung stehende Zeit als zu knapp bemessen einschätzte. Zugleich fand jeder vierte erwerbstätige Vater (25,5 %), dass er zu viel Zeit mit Erwerbsarbeit verbringt. Anders gesagt: Eine von vier erwerbstätigen Müttern würde gern mehr Zeit für Beruf und Karriere haben, einer von vier erwerbstätigen Vätern würde demgegenüber gern weniger Zeit damit verbringen und sich stattdessen lieber anderen Dingen widmen. ▶ [Abb 8](#)

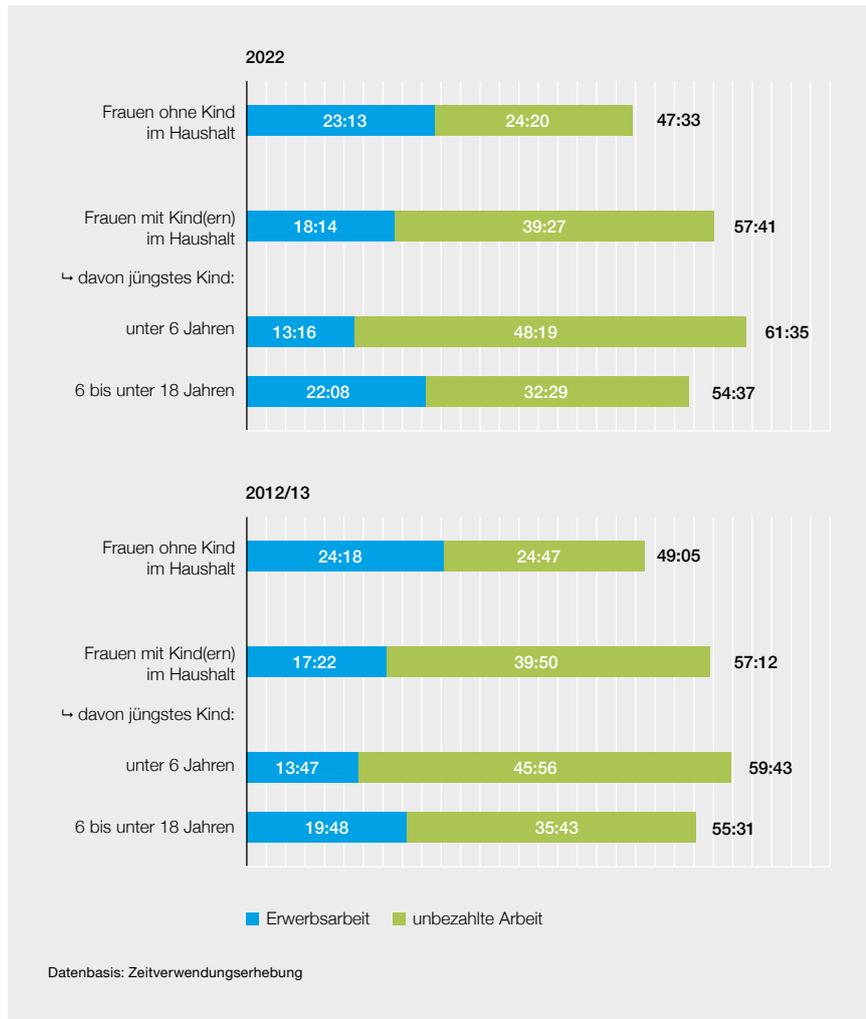
Bezahlte und unbezahlte Arbeit von Müttern und Vätern

Betrachtet man nur die Haushalte mit Kindern sowie die bezahlte und unbezahlte Arbeit in der Summe, zeigt sich eine Art Gleichstellung des Arbeitspensums zwischen Müttern und Vätern im Alter von 18 bis 64 Jahren: Sowohl Mütter als auch Väter leisteten im Jahr 2022 im Schnitt gut 57,5 Stunden Arbeit pro Woche.

Zehn Jahre zuvor leisteten Väter gut zwei Stunden mehr Arbeit als Mütter.

Die Aufteilung der Arbeit auf Erwerbsarbeit und unbezahlte Arbeit ist zwischen Müttern und Vätern aber auch nach den Daten des Jahres 2022 unterschiedlich. Während bei Vätern die Arbeit zu mehr als der Hälfte (57 %) aus Erwerbsarbeit bestand, waren es bei Müttern zu mehr als zwei Dritteln (68 %) unbezahlte Tätigkeiten. Es ist daher nicht verwunderlich, dass jede vierte erwerbstätige Mutter (24,1 %) ihre für Erwerbsarbeit zur Verfügung stehende Zeit als zu knapp bemessen einschätzte. Zugleich fand jeder vierte erwerbstätige Vater (25,5 %), dass er zu viel Zeit mit Erwerbsarbeit verbringt. Anders gesagt: Eine von vier erwerbstätigen Müttern würde gern mehr Zeit für Beruf und Karriere haben, einer von vier erwerbstätigen Vätern würde demgegenüber gern weniger Zeit damit verbringen und sich stattdessen lieber anderen Dingen widmen. ▶ [Abb 8](#)

► **Abb 7 Erwerbsarbeit und unbezahlte Arbeit von Frauen zwischen 18 und 64 Jahren mit und ohne Kind(er) im eigenen Haushalt 2022 und 2012/13 – in Stunden pro Woche**



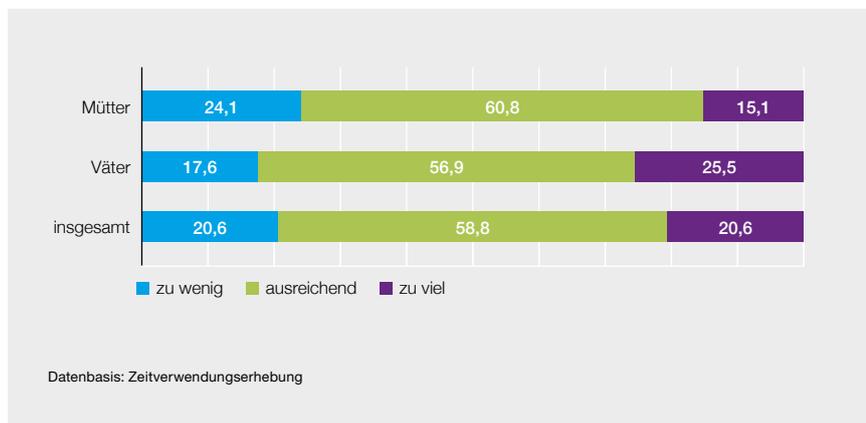
Beim Arbeitspensum der Mütter und Väter fällt auf, dass Väter unabhängig vom Alter des jüngsten Kindes rund 33 Stunden pro Woche für Erwerbsarbeit aufwendeten. Bei Müttern hängt der Umfang der Erwerbsarbeit mit dem Alter des jüngsten Kindes zusammen. Mütter von Kindern unter 6 Jahren gingen nur knapp 13,5 Stunden pro Woche bezahlter Arbeit nach. Bei älteren Kindern (6 bis 17 Jahre) lag die durchschnittliche Erwerbsarbeitszeit der Mütter mit 22 Stunden pro Woche bereits deutlich höher.

Das Alter des jüngsten Kindes wirkt sich auch auf den Umfang der unbezahlten Arbeit aus. Das betrifft sowohl Mütter als auch Väter. Während Eltern von jüngeren Kindern unter 6 Jahren im Schnitt 40 Stunden pro Woche unbezahlte Tätigkeiten verrichteten, lag das Pensum bei Eltern von Kindern ab 6 Jahren mit 27 Stunden deutlich niedriger.

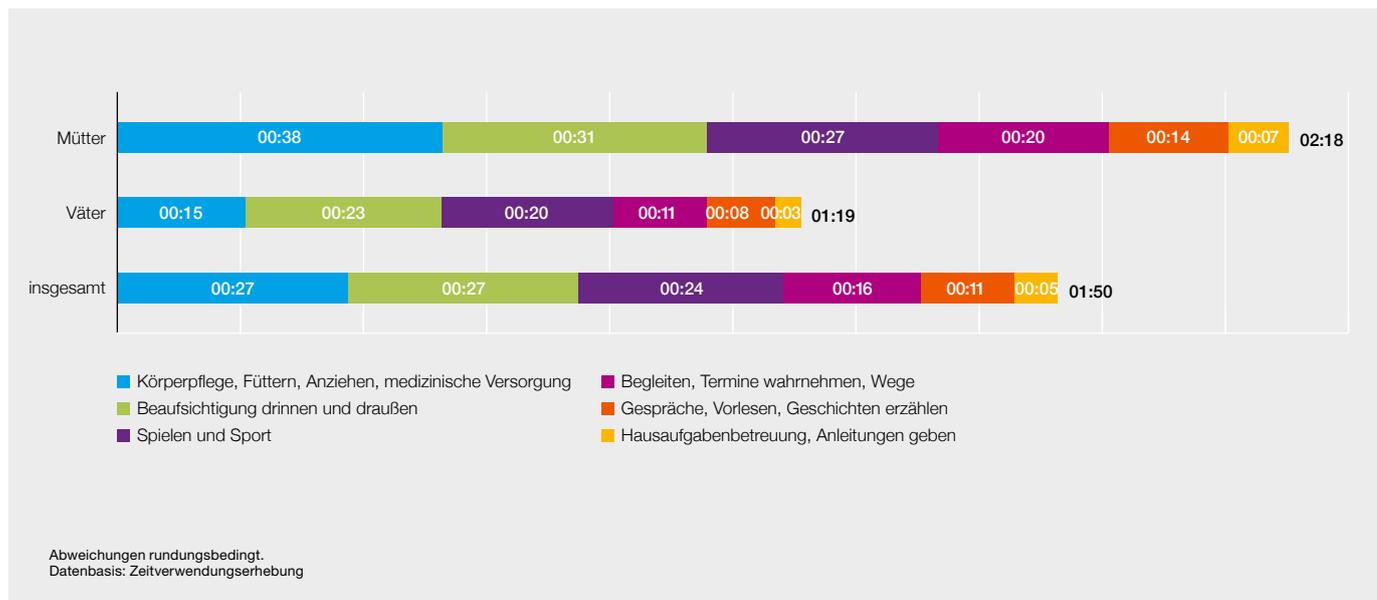
Im Durchschnitt verbrachten Väter und Mütter fast 3 Stunden pro Tag mit der Betreuung von Kindern unter 18 Jahren. Davon entfiel rund 1 Stunde auf Tätigkeiten, die nebenbei laufen, zum Beispiel die Beaufsichtigung beim Spielen, während das Elternteil der Hausarbeit nachgeht. Betrachtet man die Kinderbetreuung nur als Hauptaktivität, verbrachten Eltern im Schnitt rund 2 Stunden täglich damit. Dabei wendeten Mütter mit 2,5 Stunden rund 1 Stunde mehr für die Kinderbetreuung auf als Väter.

Deutlich größer sind die Unterschiede in Abhängigkeit vom Alter des jüngsten Kindes. Mütter von Kindern unter 6 Jahren verbrachten im Schnitt fast 4 Stunden pro Tag mit Kinderbetreuung. Bei Kindern im Alter von 6 bis 17 Jahren sank der Zeitaufwand auf rund 1 Stunde pro Tag. Väter von Kindern unter 6 Jahren wendeten hingegen im Schnitt gut 2 Stunden pro Tag für die Kinderbetreuung auf – also etwa halb so viel Zeit wie Mütter von gleichaltrigen Kindern. Erreicht das jüngste Kind das Schulalter, sank der Zeitaufwand für die Kinderbetreuung bei Vätern auf rund eine halbe Stunde pro Tag – also auch hier nur halb so viel Zeit wie bei den Müttern gleichaltriger Kinder. ► [Abb 9](#)

► **Abb 8 Selbsteinschätzung, inwieweit Zeit für Erwerbsarbeit ausreicht hat, von erwerbstätigen Eltern zwischen 18 und 64 Jahren 2022 – in Prozent**



► Abb 9 Bereiche der Kinderbetreuung von Vätern und Müttern 2022 – Hauptaktivitäten in Stunden pro Tag



Bei Eltern insgesamt entfiel rund ein Viertel der Kinderbetreuungsaktivitäten auf die Körperpflege, das Füttern und Anziehen. Jeweils rund ein weiteres Viertel bestand zum einen aus der Beaufsichtigung der Kinder und zum anderen aus Spielen und Sport mit den Kindern. Das verbleibende Viertel der Kinderbetreuung umfasste das Wahrnehmen von Terminen, zum Beispiel das Begleiten zum Sporttraining, die Teilnahme an Elternabenden, aber auch Gespräche und Vorlesen sowie Hausaufgabenbetreuung. Bei Müttern machte dabei die Körperpflege, das Füttern und Anziehen der Kinder einen größeren Anteil der Kinderbetreuungszeit aus als bei Vätern. Väter verbrachten dagegen anteilig mehr Zeit mit Spielen und Sport mit den Kindern.

Jeweils rund 4 von 10 Müttern (43,6 %) und Vätern (39,2 %) schätzten die Zeit für die eigenen Kinder im Haushalt als ausreichend ein. Fast 6 von 10 Vätern (58,3 %) und mehr als die Hälfte der Mütter (51,9 %) bewerteten diese als zu wenig.

5.5.3 Einsamkeit

Das Thema »Einsamkeit« wurde lange Zeit insbesondere als ein Problem im hohen Alter betrachtet. Doch vor allem während

der Coronapandemie wurde vielen bewusst, dass Einsamkeit die Menschen jeden Alters treffen kann. Das Thema »Einsamkeit« ist deshalb in den vergangenen Jahren verstärkt in den Fokus der Öffentlichkeit gerückt (siehe auch Kapitel 7.5, Seite 288). Einsamkeit umfasst das Einschätzen der eigenen Lebenslage als isoliert, zu wenig von sozialen Kontakten, Gesprächen und gemeinsamer Zeit mit anderen Menschen geprägt. Erstmals bei einer Zeitverwendungserhebung (ZVE) wurden im Jahr 2022 die Personen ab 10 Jahren zum Thema »Einsamkeit« befragt.

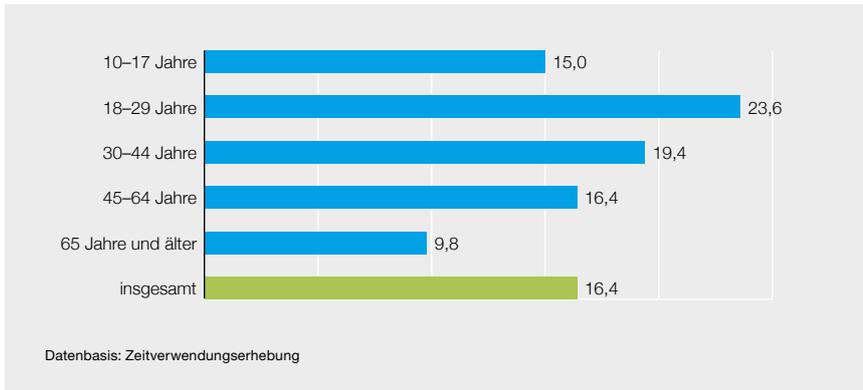
Demnach fühlte sich jede sechste Person (16 %) häufig einsam. Das entspricht knapp 12,2 Millionen Menschen in Deutschland. Im Altersgruppenvergleich waren junge Erwachsene im Alter von 18 bis 29 Jahren am stärksten von Einsamkeit betroffen. Jede vierte Person (24 %) dieses Alters fühlte sich oft einsam. Hierbei ist zu beachten, dass die ZVE im gesamten Jahr 2022 stattfand und zu Jahresbeginn noch gewisse Corona-Beschränkungen bestanden. Zudem wirkten unter Umständen gerade bei jüngeren Menschen die Jahre 2020 und 2021 noch deutlich nach, die mit Kontaktbeschränkungen,

harten Lockdowns, Homeschooling, geschlossenen Restaurants, Clubs und so weiter einhergingen. Soziale Kontakte, gemeinsames Erleben und Feiern, neue Leute kennenlernen, sprich: vieles, was gerade jüngeren Menschen wichtig ist, war auch 2022 noch nicht vollständig in der sonst üblichen Form möglich.

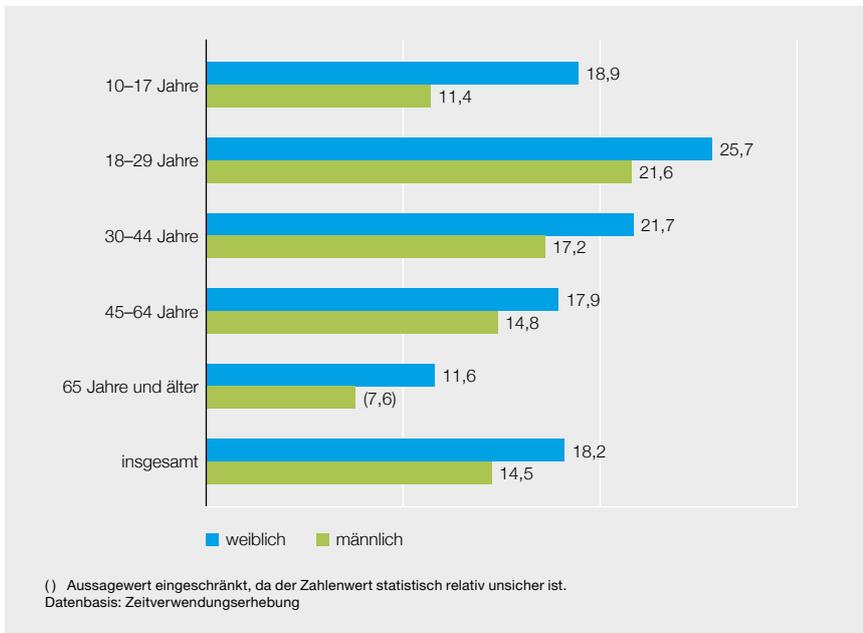
Am wenigsten ausgeprägt war das Gefühl der Einsamkeit bei Personen ab 65 Jahren. In dieser Gruppe fühlt sich nur jede zehnte Person (10 %) oft einsam. Bei diesem Ergebnis für die ab 65-Jährigen ist allerdings zu beachten, dass Hochbetagte in der Stichprobe unterrepräsentiert sind und Personen in Alten- und Pflegeheimen nicht in die Befragung einbezogen wurden. ► Abb 10

Die Einsamkeitsbetroffenheit ist bei Frauen und Männern unterschiedlich. 18 % der Frauen gaben an, sich oft einsam zu fühlen, während es bei den Männern rund 15 % waren. Sowohl bei Frauen als auch Männern zeigt sich ein ähnliches Bild nach den Altersgruppen. Unter den Frauen waren die in der Altersgruppe von 18 bis 29 Jahren am stärksten von Einsamkeit betroffen. Hier stimmte jede Vierte (26 %) zu, sich oft einsam zu fühlen. Bei den Frauen ab 65 Jahren gab das

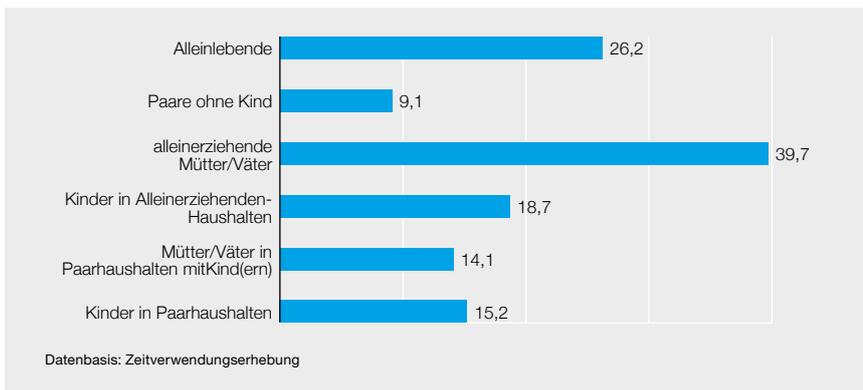
► **Abb 10** Personen ab 10 Jahren, die sich oft einsam fühlen, nach Altersklassen 2022 – in Prozent



► **Abb 11** Personen ab 10 Jahren, die sich oft einsam fühlen, nach Altersklassen und Geschlecht 2022 – in Prozent



► **Abb 12** Personen ab 10 Jahren, die sich oft einsam fühlen, in ausgewählten Haushaltstypen 2022 – in Prozent



hingegen nur jede neunte Frau (12 %) an. Am wenigsten einsam fühlten sich Männer ab 65 Jahren mit rund 8 %. Möglicherweise neigen Männer auch eher dazu, ihre empfundene Einsamkeit zu bagatelisieren. Auch hier sei nochmals auf die Unterrepräsentanz der Hochbetagten hingewiesen. ► [Abb 11](#)

Der Haushaltskontext, in dem Personen leben, beeinflusst ebenfalls das Gefühl der Einsamkeit. Mit 40 % fühlten sich die Mütter und Väter in Alleinerziehenden-Haushalten am häufigsten einsam. Von den 10- bis 17-Jährigen in diesem Haushaltstyp sagten 19 %, dass sie oft einsam sind. Bei den Alleinlebenden war es jede vierte Person (26 %). In Paarhaushalten mit Kind(ern) fühlten sich 14 % der Elternteile oft einsam. Bei den 10- bis 17-Jährigen in diesen Haushalten waren es 15 %. Mit 9 % am seltensten einsam fühlten sich Personen in Paarhaushalten ohne Kind. ► [Abb 12](#)