Newsletter des DGB Niedersachsen | 33/2025 | 30. Oktober 2025

#schlaglicht

8-Stunden-Tag: Arbeit braucht klare Grenzen

Die Zeichen stehen auf Flexibilität. Bereits 2024 hatte die konservative Regierung in Griechenland die „freiwillige“ 6-Tage-Woche eingeführt, um dem Fachkräftemangel zu begegnen Nun erfolgte der zweite Schritt zur Deregulierung: Fortan sind an maximal 37 Tagen pro Jahr Tagesarbeitszeiten von 13 Stunden möglich. Beides soll natürlich im Interesse der Beschäftigten sein. Allerdings musste die Abstimmung zur Gesetzesänderung um einen Tag verschoben werden. Denn eine nationalkonservative Abgeordnete erlitt einen Schwächeanfall – in der 13. Stunde der Parlamentsdebatte.

8-Stunden-Tag ist in Gefahr

Unterdessen plant die Bundesregierung hierzulande ebenfalls eine Öffnung des Arbeitszeitgesetzes. In ihrem Koalitionsvertrag ist die Absicht formuliert, die tägliche durch eine wöchentliche Höchstarbeitszeit zu ersetzen, um damit vermeintlich zu einer besseren Vereinbarkeit von Familie und Beruf beizutragen. Im Kern bedeutet diese Maßnahme, dass die Norm des 8-Stunden-Tages abgeschafft und tägliche Arbeitszeiten von über 12 Stunden ermöglicht werden sollen. Hierbei handelt es sich um nichts anderes als ein antiquiertes Anliegen des Arbeitgeberlagers.

Kein Interesse an längeren Arbeitszeiten

Denn Fakt ist: Die Beschäftigten erteilen der Abschwächung von Schutzregelungen und ausufernden Arbeitszeiten eine klare Absage. Wie aus der Befragung des DGB-Index Gute Arbeit hervorgeht, überschreiten schon jetzt 43 Prozent der Beschäftigten oft oder sehr häufig länger den 8-Stunden-Tag. Nur bei einem Fünftel kommt dies nie vor (siehe Grafik). Gleichzeitig möchten fast drei Viertel der Beschäftigten nicht länger als 8 Stunden täglich arbeiten. Eine überwältigende Mehrheit von 95 Prozent wünscht sich, dass ihr Arbeitstag allerspätestens um 18 Uhr ein Ende hat.

Mehrarbeit als Gesundheitsrisiko

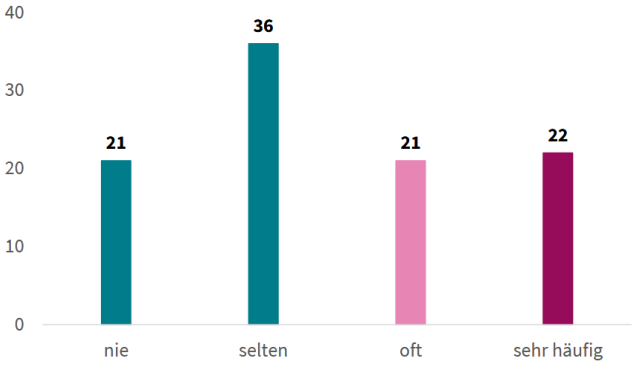
Die Verlängerung der täglichen Höchstarbeitszeit löst kein Problem, sie ist fahrlässig. Studien belegen, dass nach 8 Stunden Arbeit die Unfallgefahr steil zunimmt. Ebenso ist ein Anstieg verschiedener Gesundheitsrisiken zu beobachten. Längere Arbeitszeiten – sprich weniger Erholung und Schlaf – belasten das Muskelskelett, lösen Herz-Kreislauf-Erkrankungen aus und ziehen Depressionen sowie Angststörungen nach sich. Neben der individuellen Betroffenheit würde darunter auch die Produktivität leiden und Fachkräfteengpässe zunehmen.

Rolle rückwärts für die Gleichberechtigung

Parallel untergaben verlängerte Arbeitszeiten auch die Gleichstellung der Geschlechter. Schon jetzt leisten Frauen pro Woche etwa 9 Stunden mehr unbezahlte Sorgearbeit als Männer. Weitere Mehrarbeit würden dazu führen, dass sie, da sie öfter in Teilzeit tätig sind, noch mehr im Haushalt eingespannt werden. Das ist das Gegenteil von Gleichberechtigung. Familien brauchen verlässliche Zeiten, nicht noch mehr Stress im Alltag.

Überschreitung des 8-Stunden-Tages bei Beschäftigten

– Angaben in Prozent –



Quelle: DGB-Index Gute Arbeit 2025; eigene Darstellung

95 %

der Beschäftigten wollen spätestens um 18 Uhr Feierabend haben

Hände weg vom 8-Stunden-Tag

Aus diesen Gründen ist die geplante Abschaffung des 8-Stunden-Tags rundweg abzulehnen. Das Vorhaben läuft den Interessen der Beschäftigten zuwider, ist aus gesundheitlicher und gleichstellungspolitischer Sicht höchst fragwürdig und bietet ökonomisch keinen Mehrwert. Arbeit braucht klare Grenzen. Es kann nicht darum gehen, die Zeitautonomie der Beschäftigten einzuschränken, nur weil die Arbeitgeber jederzeit über sie verfügen wollen. Griechenland ist diesbezüglich kein Vorbild.

V.i.S.d.P. DGB-Bezirk Niedersachsen - Bremen - Sachsen-Anhalt,
Dr. Mehrdad Payandeh, Otto-Brenner-Str. 1, 30159 Hannover