



EIKE BAUR, ABBILDUNGEN: EIKE BAUR

# Selbst und ständig?

DIE WORK-LIFE-BALANCE FREIER TONLEUTE

Ein klassisches Gruselszenario für Selbständige: Der beste Kunde ruft eine Woche vor dem Mixdown für ein Projekt mit gefühlten 1.024 Spuren an und möchte den Termin nun doch gerne um vier Tage vorziehen – ‚wir müssen damit noch ins Weihnachtsgeschäft‘. Also wird der bereits mehrfach verschobene Kurztrip nach Dresden um ein weiteres Jahr nach hinten verlegt, um stattdessen mal wieder Nachschichten zu schieben.

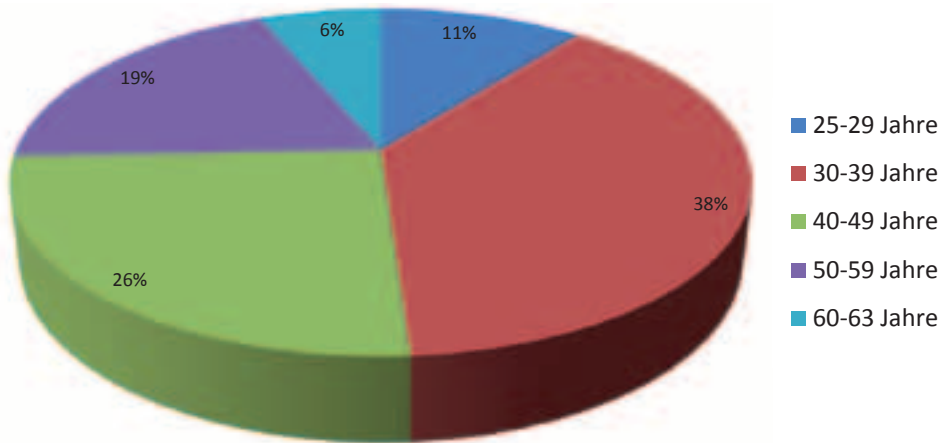


Diagramm 1: Altersgruppen

**Eike Baur, 27, lebt und arbeitet seit 2009 als selbständiger Audio-Dienstleister in Berlin, meist in der Postproduktion. Gedanken über die eigene Work-Life-Balance motivierten ihn, sie zum Thema seiner Bachelorarbeit zu machen. 2013 schloss er sein Studium am SAE Institute Berlin mit dieser Arbeit und dem ‚Bachelor of Arts: Audio Production‘ ab. Kontakt: <http://eike-baur.de>**

Solche Probleme gehören zum Alltag der arbeitenden Bevölkerung, wie eine Studie der ARD kurz nach der Bundestags-

wahl 2013 nahelegte: Deutsche Wahlberechtigte wurden aufgefordert, ihre Wünsche an die (damals) neue Bundesregierung zu äußern. Eine große Mehrheit von 91 % der Befragten sprach sich dafür aus, dass die ‚Vereinbarkeit von Beruf und Familie‘ der Politik wichtig sein sollte.<sup>1</sup> Dieser Begriff, besser bekannt als Work-Life-Balance (WLB), fand in den letzten Jahren immer wieder seinen Weg in die Schlagzeilen. Auch die Buchverlage haben den Markt entdeckt und überziehen ihn mit Ratgebern wie ‚Anti-Stress-Yoga: Mit Yoga und Ernährung zurück in die Life-Work-Balance‘.

Ein weiteres Phänomen, das seit längerer Zeit in der Gesellschaft diskutiert wird, ist der Trend zum Unternehmertum: In den letzten 20 Jahren hat sich die Zahl der Selbständigen in Deutschland um 40 % erhöht.<sup>2</sup> Diese Entwicklung hat vielfältige Ursachen, unter anderem das Wiedererstarken der Wirtschaft in der ehemaligen DDR und den generellen Wandel hin zur Dienstleistungsgesellschaft.

Weil die Leitung eines eigenen Unternehmens auch mit Überarbeitung und Zeitmangel in Verbindung gebracht wird, ist des Öfteren vom Prinzip ‚Selbst und ständig‘ die Rede. Allerdings überließ die Wissenschaft die Untersuchung dieser Redewendung bisher größtenteils Journalisten – und natürlich den Betroffenen selbst. Das hängt einerseits mit dem offenkun-

<sup>1</sup> Norddeutscher Rundfunk (Hrsg.), 2013: DeutschlandTrend: Jeder Zweite will die Elefantenhochzeit, <http://www.tagesschau.de/inland/deutschlandtrend1898.html> (abgerufen am 8. Oktober 2013)

<sup>2</sup> Fritsch, Michael/Kritikos, Alexander/Rusakova, Alina, 2012: Selbständigkeit in Deutschland: Der Trend zeigt seit langem nach oben, in: DIW Wochenbericht, Band 79

<sup>3</sup> Keeney, Jessica et al., 2013: From ‚work-family‘ to ‚work-life‘: Broadening our conceptualization and measurement, in: Journal of Vocational Behavior 82/3

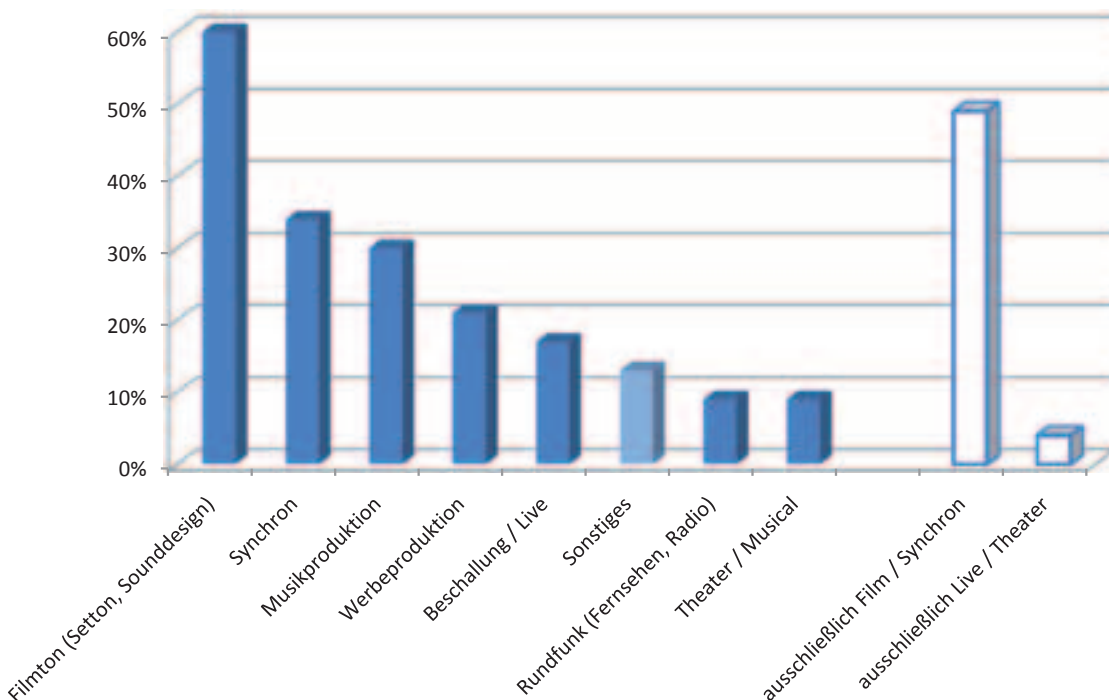


Diagramm 2: Tätigkeitsfelder

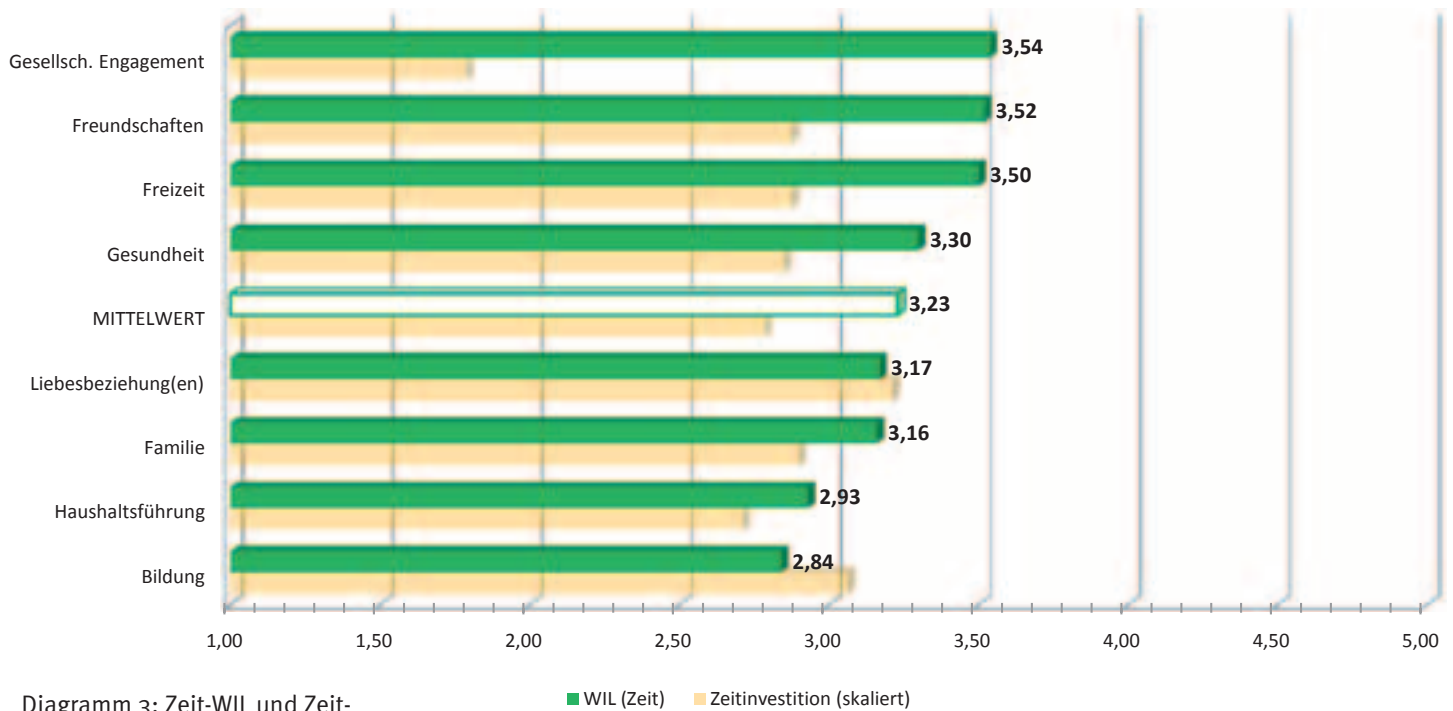


Diagramm 3: Zeit-WIL und Zeitinvestition nach Domänen

digen Desinteresse öffentlicher Statistikbehörden an Selbständigen zusammen, andererseits gibt es für die WLB keine allgemein anerkannte Definition oder Messmethoden – der Begriff wird im Gegenteil in Wissenschaftskreisen als oberflächlich und irreführend kritisiert.

In meiner Bachelor-Arbeit an der SAE Berlin, auf der dieser Artikel aufbaut, habe ich deshalb den genaueren Begriff ‚Work Interference with Life‘ (WIL) verwendet. Er beschreibt die Beeinflussung des Privatlebens durch die Erwerbsarbeit und wurde von amerikanischen Forschern um Jessica Keeney eingeführt.<sup>3</sup>

## Human Resources

Die zahlreichen wissenschaftlichen Arbeiten zum Thema Work-Life-Balance lassen sich grob in drei Kategorien einteilen: Soziologische, wirtschaftliche und medizinisch-psychologische.

Fast alle dieser Werke vergleichen die Ressourcen eines Menschen auf der einen mit den Anforderungen auf der anderen Seite – Kurztrip versus Überstunden. Außerdem teilen sie das Leben in verschiedene Bereiche wie Familie, Arbeit und Hobbys ein.

Das bereits erwähnte Forscherteam von Jessica Keeney hat auf Basis der bisherigen Forschung einen Katalog mit 48 Fragen zur WLB beziehungsweise WIL entwickelt und dabei versucht, den meisten dieser sogenannten Domänen gerecht zu werden. Außerdem berücksichtigten sie die zwei wichtigsten Ressourcen, die von der Arbeit beeinflusst werden: Zeit und Belastbarkeit.

**Wollen Sie Ihre eigene Work-Life-Balance testen? Unter <http://wlb.eikebauer.de/Fragebogen.pdf> können Sie den Fragebogen zur Studie herunterladen.**

**Auf Anfrage bietet der Autor Hilfe bei der Auswertung an.**



Filmstudios Babelsberg; Foto: Nutzer ‚Times‘ (dt. Wikipedia), CC-BY-SA

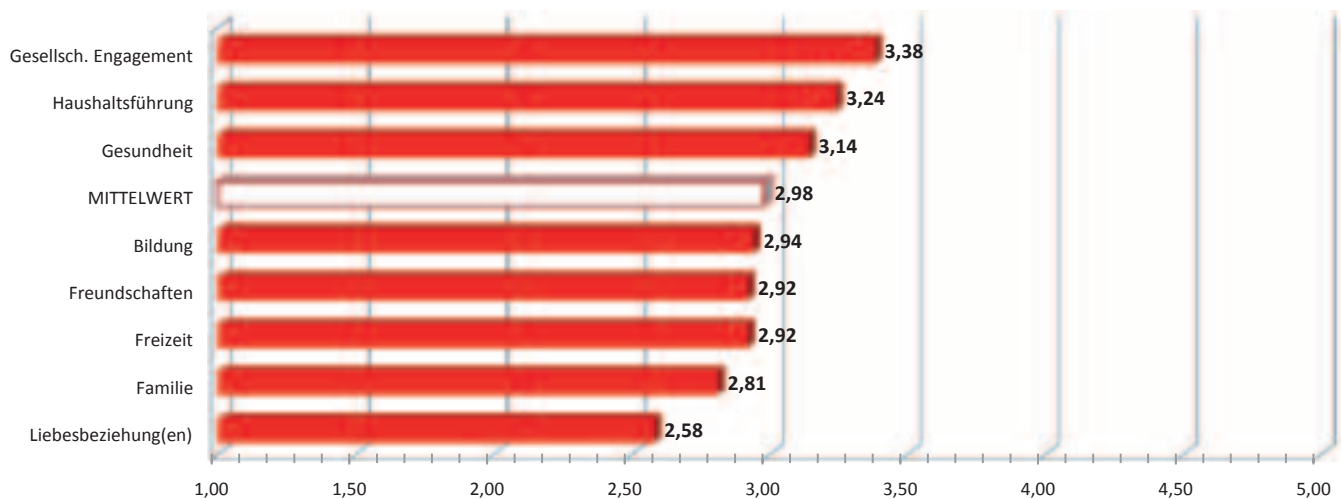


Diagramm 4: Belastungs-WIL nach Domänen

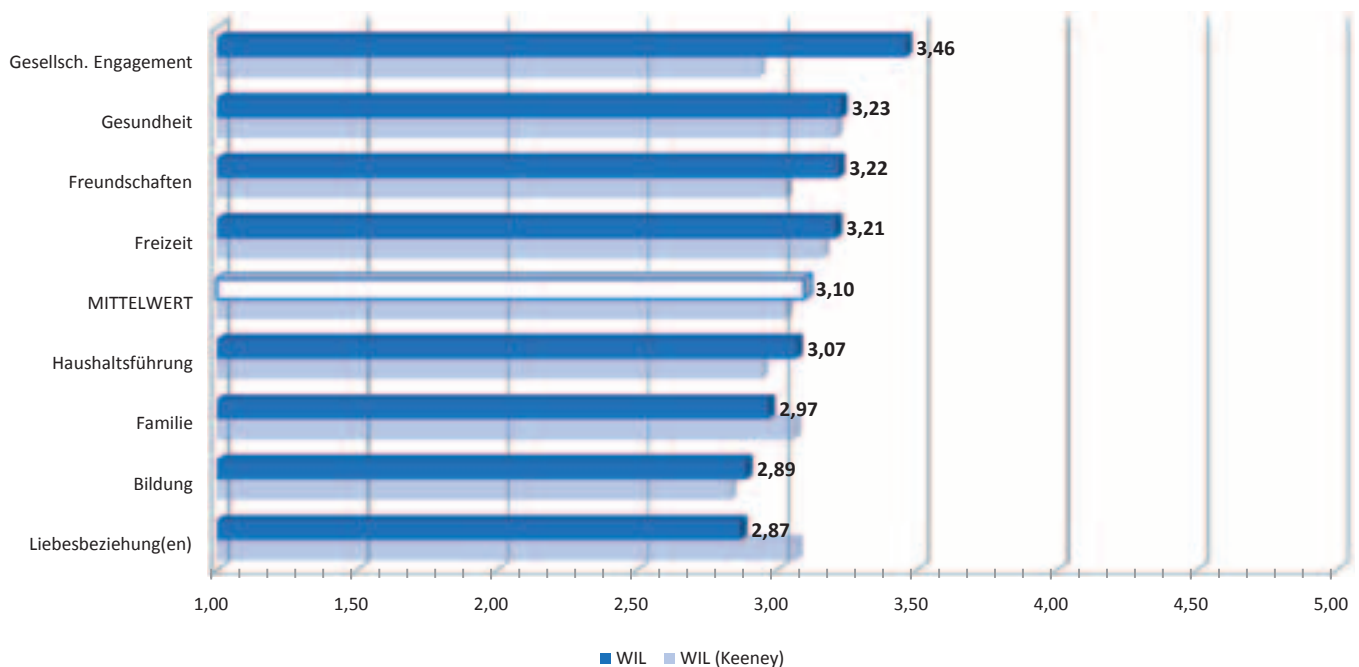


Diagramm 5: WIL nach Domänen, Vergleich mit Studie von J. Keeney

## Die Studie

Die WIL-Skala von Keeneys Team habe ich als Grundlage für eine Online-Befragung von Audio-Selbständigen aus Berlin und Potsdam benutzt. Vor dem Beginn der eigentlichen Studie musste allerdings die Größe der Grundgesamtheit bestimmt werden, also die Anzahl aller freien Tonleute in den beiden Städten. Wie erwähnt wird von amtlicher Seite nicht direkt erhoben, wie

viele Selbständige in welcher Branche tätig sind. Auf Basis der aktuellsten Umsatzsteuerstatistik (von 2011<sup>4</sup>) ergab sich aber eine geschätzte Zielgruppe von 130 Tonleuten. Insgesamt wurden 1.500 Einladungen verschickt, die meisten per E-Mail. 186 Menschen klickten den Frage-

<sup>4</sup> Amt für Statistik Berlin-Brandenburg (Hrsg.), 2013: Umsatzsteuerstatistik (Vorankündigungen) im Land Berlin / im Land Brandenburg 2011, <https://www.statistik-berlin-brandenburg.de> (abgerufen am 1. Oktober 2013)

bogen an, 47 von ihnen gehörten zur Zielgruppe und schlossen ihn ab.

## Jung, männlich, flexibel

Nach dem Ende der Umfrage und der Auswertung aller Fragebögen konnten erstmalig die Eigenschaften der erwähnten Grundgesamtheit festgehalten werden:

Ton-Selbständige in Berlin und Potsdam sind fast ausschließlich Männer, drei

Viertel von ihnen leben in einer festen Beziehung. Sie haben überdurchschnittlich oft Kinder, nämlich in 40 % der Fälle. Das Durchschnittsalter beträgt 42 Jahre und die größte Alterskohorte stellen die 30- bis 39-jährigen – eine vergleichsweise junge Berufsgruppe also (siehe Diagramm 1).

Zu den berufsbezogenen Daten: Die Studienteilnehmer arbeiteten im Schnitt 45 Wochenstunden, was leicht unter dem Durchschnitt deutscher Selbständiger (47 Stunden) liegt. Ihr Median-Einkommen<sup>5</sup> liegt dagegen mit 2.800 Euro brutto über dem (regionalen) Mittelwert.

Flexibilität wird oft als ein Vorteil von Selbständigen gesehen, was sich auch in dieser Studie bestätigte: Im Durchschnitt arbeiten die Befragten in zwei verschiedenen Bereichen der Ton-Industrie, maximal sogar in sechs.

Das mit Abstand meistgenannte Tätigkeitsfeld war mit der Hälfte aller Befragten die Arbeit für Bewegtbild-Produktionen (siehe Diagramm 2) – kein Wunder, gilt Berlin mit Potsdam doch seit jeher als das Zentrum der deutschen Filmindustrie.

## Zeit ist Zeit

Nach der Soziodemografie geht es an den Kern der Studie, die Fragen zur Balance zwischen Privatleben und Arbeit. Betrachten wir zunächst den wichtigsten Grund für Beeinflussungen des Privaten durch das Berufliche: Die Zeit.

Zu jeder Lebensdomäne wurde zuerst

**5 Der Median ist ein gegenüber Extremwerten unempfindlicherer Mittelwert als das üblicherweise verwendete arithmetische Mittel. Er kommt häufig bei Einkommenserhebungen zum Einsatz.**

Wer an einer Literaturübersicht zum Thema, genaueren statistischen Hintergründen und der Befragungsmethodik interessiert ist, kann die vollständige Bachelor-Arbeit unter <http://wlb.eike-baur.de/Thesis.pdf> kostenlos herunterladen.

die Frage gestellt, wie viel Zeit der Proband in diese investiert. Wenig überraschend belegten hier Liebe und Familie die Plätze 1 und 3. Etwas weniger selbstverständlich ist aber, dass die Bildung auf dem zweiten Rang landete – Ton-schaffende bleiben anscheinend gerne up to date mit dem Fachwissen. Nur eine kleine Rolle spielte dagegen das gesellschaftliche Engagement (siehe Diagramm 3).

Zeit – und der Mangel an ihr – wurde durch die Studie als dominierender Faktor in den Arbeits- und Lebenswelten der Befragten bestätigt. Die zeitbezogene WIL fiel in den meisten Domänen höher aus als die belastungsbezogene. Gleiches gilt für den Durchschnitt über alle Lebensbereiche: Auf einer Skala von 1 bis 5 betrug er für die Zeit-WIL 3,23, für die Belastungs-WIL nur 2,98.

## Unbelastete Liebe

Wie erwähnt, scheint die Belastung durch den Beruf selbständige Tonleute weniger im Privatleben zu stören als zeitliche Faktoren.

Trotzdem erzielten einige Lebensbereiche mit hohen Zeit-WILs auch überdurchschnittliche Belastungswerte. Dies waren beispielsweise die Domänen ‚Gesundheit‘ (3,14) und erneut ‚Gesellschaftliches Engagement‘ (3,38). Dagegen landeten Liebes- und Familiendinge erfreulicherweise wieder am unteren Ende der Rangliste (siehe Diagramm 4).

## Deutschland – USA

Insgesamt ergab sich für die Work Interference with Life über alle Lebensbereiche ein Durchschnitt aus Zeit- und Belastungswert von 3,1. Damit liegen die Berliner und Potsdamer Ton-Selbständigen etwas über den amerikanischen Probanden der Pilotstudie von Jessica Keeney (3,03).

In den meisten Domänen zeigten sich ähnlich hohe Werte in beiden Studien. Allerdings beeinflusst ihre Arbeit die

deutschen Befragten beim Gesellschaftsengagement mehr, in Liebesbeziehungen jedoch weniger als die Amerikaner (siehe Diagramm 5).

## Die A-Frage

‚Wie viel möchte ich arbeiten?‘ – diese Frage war der Hauptgrund, weshalb ich Work-Life-Balance zum Thema meiner Bachelor-Arbeit gemacht habe.

Natürlich kann darauf auch die akribischste wissenschaftliche Arbeit keine allgemeingültige Antwort liefern. Jeder Mensch ist anders, und nichts kann intensive Reflexion über die eigenen Prioritäten ersetzen: Wie wichtig ist der ‚beste Kunde‘ wirklich, verglichen mit einem entspannten Wochenende mit Freunden und der Familie?

Trotzdem konnte ich aus der Studie und meinen eigenen Erfahrungen als Selbständiger einige Schlussfolgerungen ziehen:

(Ton-)Selbständige arbeiten viel, und das beeinflusst das Privatleben.

Dabei leiden die Kernbereiche des Privaten (Familie, Partner) weniger als zum Beispiel das gesellschaftliche Engagement – aber sollte man letzteres nicht auch im Auge behalten?

Junge Menschen sind auch im Tonbereich häufiger selbständig. Dies liegt neben dem Wunsch nach Selbstgestaltung auch an den Interessen der Arbeitgeber. Der Audio-Bereich ist eine eindeutige Männerdomäne. Ist das noch zeitgemäß? Für weitere Forschungsprojekte bietet sich eine Erweiterung der Erhebung auf Gesamtdeutschland an. Auch eine gründlichere Beleuchtung der Spezies ‚Selbständige im Audiobereich‘ wäre sicherlich lohnend, gerade im Vergleich mit anderen Berufsgruppen. Und zu guter Letzt muss geklärt werden, weshalb Arbeit und Leben sich überhaupt beeinflussen.

Es dauert also wohl noch eine Weile, bis man Anrufe wie den eingangs erwähnten mit einem Verweis auf den Stand der Forschung abblocken kann.