

# Macht Wochenendarbeit unzufrieden?

Von Maria Metzging und David Richter

Mehr als 40 Prozent der Erwerbstätigen in Deutschland arbeiten nicht nur von Montag bis Freitag, sondern auch an Samstagen, ein Viertel geht sogar sonntags regelmäßig zur Arbeit. Zwischen 1996 und 2014 ist der Anteil derjenigen, die am Wochenende arbeiten, leicht gestiegen. Wie sich das Arbeiten am Wochenende auf die Schlaf- und Lebenszufriedenheit der Betroffenen auswirkt, ist indes wenig bekannt. Die vorliegenden Analysen zeigen, dass Personen, die am Wochenende arbeiten, im Durchschnitt eine geringere Gesundheits-, Familien- und Schlafzufriedenheit haben und auch mit ihrem Leben insgesamt unzufriedener sind als Personen, die samstags und/oder sonntags nicht arbeiten. Ausschlaggebend dafür ist aber nicht die Wochenendarbeit als solche. Betrachtet man Personen, die zunächst nicht am Wochenende arbeiten und dann zur Wochenendarbeit wechseln, zeigt sich, dass sich ihre Zufriedenheit in den meisten Bereichen nicht ändert; lediglich die Arbeitszufriedenheit sinkt bei einem Wechsel zur Sonntagsarbeit leicht.

Erwerbsarbeit an Sonn- und Feiertagen ist in Deutschland grundsätzlich untersagt und Ausnahmen sind stark reguliert. So steht im Grundgesetz: „Der Sonntag und die staatlich anerkannten Feiertage bleiben als Tage der Arbeitsruhe und der seelischen Erhebung gesetzlich geschützt.“<sup>1</sup> Allerdings gibt es eine lange Reihe von Ausnahmen, so darf laut Arbeitszeitgesetz beispielsweise in Krankenhäusern, bei Energieversorgern oder bei der Polizei auch an Sonn- und Feiertagen gearbeitet werden.<sup>2</sup>

Vor dem Jahr 2014 gehörten auch Callcenter, öffentliche Bibliotheken, Videotheken sowie Lotto- und Totogesellschaften zu den Ausnahmen. Im Jahr 2014 wurde diese Regelung jedoch revidiert, da das Bundesverfassungsgericht hier keine besondere Notwendigkeit für Öffnungszeiten am Sonntag sah. Wenn Sonn- und Feiertage als Ruhetage gelten und zur kollektiven Erholung dienen, so die Argumentation des Gerichts, sollte die Mehrheit der Bevölkerung diese Tage gemeinsam zur Freizeitgestaltung sowie zur Entspannung nutzen können.

Wie sich die Wochenendarbeit auf die Zufriedenheit von Erwerbstätigen auswirkt, ist bisher wenig erforscht; häufiger stehen Schicht- und Nachtarbeit im Fokus. Die vorliegende Studie untersucht deshalb mithilfe von Daten des Sozio-oekonomischen Panels (SOEP)<sup>3</sup>, wie sich die Zufriedenheit von Personen entwickelt, die zunächst nicht am Wochenende arbeiten und dann zu Wochenendarbeit wechseln.

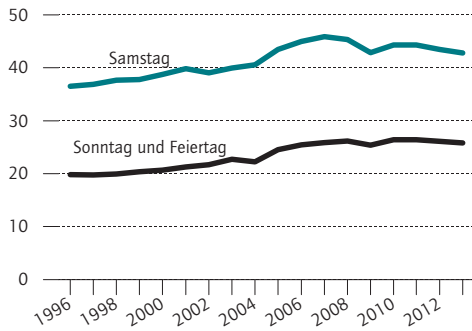
<sup>1</sup> Art. 140 GG i.V.m. Art. 139 WRV.

<sup>2</sup> § 10 ArbZG.

<sup>3</sup> Das SOEP ist eine repräsentative jährliche Wiederholungsbefragung privater Haushalte, die seit 1984 in Westdeutschland und seit 1990 auch in Ostdeutschland durchgeführt wird; vgl. Wagner, G. G., Göbel, J., Krause, P., Pischner, R., Sieber, I. (2008): Das Sozio-oekonomische Panel (SOEP): Multidisziplinäres Haushaltspanel und Kohortenstudie für Deutschland – Eine Einführung (für neue Datennutzer) mit einem Ausblick (für erfahrene Anwender). *ASTA Wirtschafts- und Sozialstatistisches Archiv*, 2 (4), 301–328.

Abbildung

**Wochenendarbeit im Zeitablauf**  
In Prozent



Quelle: Mikrozensus; Berechnung des DIW Berlin.

© DIW Berlin 2015

Zwischen 1996 und 2014 ist der Anteil derjenigen, die am Wochenende arbeiten, leicht gestiegen.

**Wochenendarbeit in Deutschland**

Im Jahr 2014 arbeiteten 55 Prozent aller Erwerbstätigen in Deutschland nie am Samstag und 74 Prozent nie am Sonntag.<sup>4</sup> Damit liegt Deutschland in etwa im europäischen Durchschnitt von 56 beziehungsweise 75 Prozent.

Der Mikrozensus stellt seit 1991 Daten über Wochenendarbeit in Deutschland zur Verfügung. Seit 1996 ist ein leichter Anstieg von Wochenendarbeit zu beobachten (Abbildung).<sup>5</sup> Im Jahr 1996 gaben 37 Prozent der Erwerbstätigen an, dass sie am Samstag arbeiten, 20 Prozent arbeiteten auch sonntags. Demgegenüber berichteten im Jahr 2013 43 beziehungsweise 26 Prozent der Befragten, am Samstag beziehungsweise Sonntag zu arbeiten. Bereits im Jahr 2003 arbeiteten 40 Prozent der Erwerbstätigen am Samstag; 23 Prozent gingen auch am Sonntag zur Arbeit. Dass die Wochenendarbeit in den vergangenen Jahren kaum noch zugenommen hat, ist zum Teil auch auf die jüngsten eher restriktiven Urteile der Gerichte zur Sonntagsarbeit zurückzuführen.

Im Branchenvergleich arbeiten vor allem die Beschäftigten in der Landwirtschaft, im Dienstleistungssektor, in der Verkehrsbranche sowie im Handel und Gastgewerbe oft am Wochenende (Tabelle 1). In der Landwirtschaft stieg der Anteil der Personen, die am Wochenende arbeiten, zwischen 2003 und 2013 um über 30 Prozent. Gleichzeitig hat sich die Zahl der Beschäftigten in diesem Bereich fast halbiert, so dass absolut betrachtet weniger Beschäftigte dieses Wirtschaftszweigs am Wochenende arbeiten.

Im Dienstleistungssektor und dem Grundstückswesen hat sich der Anteil der Beschäftigten, die am Wochenende arbeiten, von 2003 bis 2013 leicht erhöht. In der Verkehrsbranche ist die Wochenendarbeit dagegen leicht zurückgegangen. Diese Branche ist die einzige, bei der sowohl am Samstag als auch am Sonntag seltener gearbeitet wird als noch im Jahr 2003.

Nahezu keine Veränderung der anteiligen Wochenendarbeit gibt es im Baugewerbe und der öffentlichen Verwaltung. Insgesamt gesehen hat sich der Anteil der Beschäftigten mit Wochenendarbeit von 2003 bis 2013 nur geringfügig verändert.

Tabelle 1

**Wochenendarbeit in verschiedenen Branchen**  
In Prozent

Branche	Beschäftigte		davon Samstag		davon Sonntag	
	2003	2013	2003	2013	2003	2013
Baugewerbe	6,57	6,03	30,44	31,95	8,72	9,31
Bergbau und verarbeitendes Gewerbe	24,94	21,05	35,03	38,05	16,21	19,75
Energie- und Wasserversorgung	0,95	1,57	32,41	35,66	24,83	21,32
Grundstückswesen, Vermietung, Dienstleistungen für Unternehmen	7,98	9,58	28,29	32,80	17,59	19,06
Handel und Gastgewerbe	16,17	17,86	61,03	63,15	22,13	27,39
Kredit- und Versicherungsgewerbe	3,82	3,23	13,20	15,52	5,91	6,89
Land- und Forstwirtschaft, Fischerei	1,35	0,76	47,70	64,06	28,81	47,27
Öffentliche und private Dienstleistungen (ohne öff. Verwaltung)	22,66	23,84	43,35	46,23	35,82	38,66
Öffentliche Verwaltung u. Ä.	9,63	8,10	27,50	27,12	23,73	22,94
Insgesamt in 1 000 Personen	30 556	33 679				

Quelle: Mikrozensus; Berechnungen des DIW Berlin.

© DIW Berlin 2015

<sup>4</sup> Eurostat, Labor Force Survey (= Arbeitskräfteerhebung) ist, in Bezug auf die deutschen Daten, eine Unterstichprobe des Mikrozensus und erfasst Daten zur Erwerbstätigkeit.

<sup>5</sup> Vor 1996 wurden Auszubildende mit in die Statistik aufgenommen. Aus diesem Grund werden nur die Jahre nach 1995 miteinander verglichen.

Tabelle 2

**Durchschnittliche Zufriedenheit und Samstag-, Sonntag- und Wochenendarbeit**

Auf einer Skala von 0 (gar nicht zufrieden) bis 10 (sehr zufrieden)

	Samstag			Sonntag			Wochenende (Samstag und Sonntag)		
	Nein	Ja	Differenz	Nein	Ja	Differenz	Nein	Ja	Differenz
Allg. Lebenszufriedenheit	7,31	7,22	-0,09**	7,32	7,17	-0,15***	7,32	7,15	-0,17***
Arbeit	7,06	7,04	-0,02	7,06	7,08	0,02	7,06	7,07	0,01
Gesundheit	6,92	6,88	-0,05	6,95	6,78	-0,17**	6,95	6,77	-0,18***
Familie	7,90	7,65	-0,25***	7,90	7,59	-0,31***	7,89	7,57	-0,32***
Schlaf	6,96	6,70	-0,26***	6,93	6,64	-0,30***	6,93	6,61	-0,33***

Anmerkung: Alle Personen zwischen 18 und 65 Jahren im Jahr 2013, die voll- und teilzeiterwerbstätig und nicht in Elternzeit waren, mit Gewichten.  
 \*\*\* p < 0,1 %; \*\* p < 1 %.

Quelle: SOEP V30 (2013).

© DIW Berlin 2015

**Zufriedenheit und Wochenendarbeit in Deutschland**

Eine Studie des Deutschen Gewerkschaftsbunds (DGB) aus dem Jahr 2012 zeigt, dass Erwerbstätige, die am Wochenende arbeiten, sich bei der Arbeit häufiger gehetzt fühlen.<sup>6</sup> Ähnliche Ergebnisse präsentiert ein Factsheet der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) aus dem Jahr 2014, das sich auf die Daten einer Erwerbstätigenbefragung aus dem Jahr 2012 stützt.<sup>7</sup> Demnach haben Personen, die am Wochenende arbeiten, seltener einen sehr guten bis ausgezeichneten allgemeinen Gesundheitszustand. Weiterhin leiden sie häufiger unter körperlicher und emotionaler Erschöpfung und berichten über nächtliche Schlafstörungen. Der Report weist zudem darauf hin, dass die Arbeitszufriedenheit bei Personen mit Wochenendarbeit geringer ist. Folglich ist Wochenendarbeit mit höherer Stressbelastung und geringer Lebenszufriedenheit assoziiert. Es bleibt aber unklar, ob diese Ergebnisse tatsächlich auf die Wochenendarbeit als solche zurückzuführen sind oder ob andere Einflussfaktoren aus dem Lebens- und Arbeitsumfeld der betroffenen Personen verantwortlich sind.

Eine andere Studie stellt lediglich für Teilzeitarbeitende mit Kindern eine Abnahme der Arbeitszufriedenheit

beim Wechsel zur Sonntagsarbeit fest.<sup>8</sup> Für Vollzeitbeschäftigte mit und ohne Kinder sowie Teilzeitbeschäftigte ohne Kinder zeigt sich kein signifikanter Effekt. Allerdings konzentriert sich diese Studie nur auf die Arbeitszufriedenheit und vernachlässigt andere potentiell betroffene Zufriedenheitsskalen, wie die allgemeine Lebenszufriedenheit oder die Zufriedenheit mit dem Familienleben.

**Personen, die am Wochenende arbeiten, sind unzufriedener ...**

Bereits im Jahr 2001 hat das DIW Berlin eine Studie zum Thema Sonntagsarbeit veröffentlicht.<sup>9</sup> Darin zeigte sich, dass Beschäftigte, die regelmäßig sonntags arbeiten, in Bezug auf ihre allgemeine Lebenszufriedenheit häufiger unzufrieden sind, während Beschäftigte mit gelegentlicher Sonntagsarbeit sogar zufriedener sind als Beschäftigte ohne Sonntagsarbeit. Die vorliegende Studie, die auf SOEP-Daten von fast 9 000 Erwerbstätigen aus dem Jahr 2013 basiert, bestätigt die Ergebnisse der früheren Studie in weiten Teilen (Tabelle 2). Dabei wird neben der allgemeinen Lebenszufriedenheit auch der Zusammenhang zwischen Wochenendarbeit und der Zufriedenheit mit Gesundheit, Schlaf, Arbeit und Familie untersucht.

Personen, die am Samstag arbeiten, berichten eine etwas geringere allgemeine Lebenszufriedenheit von 7,22

6 DGB-Index Gute Arbeit GmbH (2012), Stressfaktor Wochenend-Arbeit, www.dgb.de/++co++dee159fa-abff:11e1-5298-00188b4dc422/Sonderauswertung-Index-Gute-Arbeit-Stressfaktor-Wochenendarbeit.pdf (abgerufen am 21. August 2015).

7 Bundesamt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (2014): Factsheet 07 „Arbeiten, wenn Andere frei haben – Wochenendarbeit bei abhängig Beschäftigten“.

8 Hanglberger, D. (2011): Arbeitszeiten außerhalb der Normalarbeitszeit nehmen weiter zu: eine Analyse zu Arbeitszeitarrangements und Arbeitszufriedenheit. Informationsdienst Soziale Indikatoren, 46, 12-16.

9 Schupp, J. (2001): Wandel zur Dienstleistungs- und Informationsgesellschaft fördert Ausweitung der Sonntagsarbeit. Wochenbericht des DIW Berlin Nr. 27/2001, 410-419.

Kasten

### Empirische Methodik

Für die Analyse werden die SOEP-Daten der Jahre 2005, 2007, 2009, 2011 und 2013 verwendet, da die Fragen zur Wochenendarbeit in diesen Jahren gestellt wurden.<sup>1</sup> Die Befragten waren im Jahr 2005 mindestens 18 und im Jahr 2013 maximal 65 Jahre alt und in allen Jahren zwischen 2005 und 2013 voll- oder teilzeitbeschäftigt, ohne Unterbrechung oder Jobwechsel. Personen, die während des Beobachtungszeitraums in Mutterschutz oder Elternzeit waren, wurden von der Analyse ausgeschlossen.

Die Fragen zur Arbeit am Samstag sowie am Sonntag werden im SOEP-Fragebogen mit fünf Antwortmöglichkeiten erfasst.<sup>2</sup> Die Antwortoptionen „nein“ und „selten“ wurden für diese Analyse zur Kategorie „meist keine Samstagsarbeit“ sowie „meist keine Sonntagsarbeit“ zusammengefasst. Die Ausprägungen „jede Woche“, „alle zwei Wochen“ und „alle drei bis vier Wochen“ wurden zur Kategorie „regelmäßige Samstagsarbeit“ sowie „regelmäßige Sonntagsarbeit“ kodiert. Um zu prüfen, ob die Zusammenfassung der Antwortoptionen gerechtfertigt ist, wurden die Ergebnisse dieser Analyse auch unter Verwendung von allen fünf Antwortoptionen berechnet. Dabei finden sich vergleichbare Ergebnisse.

<sup>1</sup> Da nach Familien- und Schlafzufriedenheit nicht jedes Jahr gefragt wurde, beschränken sich die Analysen im Fall von Familienzufriedenheit auf den Zeitraum 2007 bis 2013 und im Fall von Schlafzufriedenheit auf 2009 bis 2013.

<sup>2</sup> Genaue Fragestellung: „Kommt es vor, dass Sie am Wochenende arbeiten? Wenn ja, wie häufig?“

Um den Zusammenhang von Wochenendarbeit und Zufriedenheit zu untersuchen, wird ein Fixed-Effects-Regresionsmodell<sup>3</sup> verwendet. Dabei wird der längsschnittliche Charakter der vorliegenden Daten ausgenutzt, also die Erfassung derselben Informationen über mehrere Jahre hinweg. Mit dem Fixed-Effects-Modell kann der Zusammenhang zwischen *Veränderungen* der Wochenendarbeit und *Veränderungen* der Zufriedenheit analysiert werden. Dafür wurden die Variablen zur Samstags- und Sonntagsarbeit zu einer Variablen zusammengefasst. Zusätzlich wurden Wechsel in die Samstags- sowie die Sonntagsarbeit auch separat getestet.

Mit dem Fixed-Effects-Modell wird folglich ausschließlich die Zufriedenheit der Personen betrachtet, die von keiner Wochenendarbeit zur Wochenendarbeit (oder andersherum) gewechselt sind. Zusätzlich wird dabei für individuelle fixe Effekte, das heißt für stabile und zeitlich unveränderliche Eigenschaften der befragten Personen, wie zum Beispiel genetische Veranlagung, Persönlichkeit oder auch Charakteristika des Berufs kontrolliert. Dadurch wird der Einfluss von zeitunveränderlichen Eigenschaften der Befragten, die ebenfalls mit der Zufriedenheit im Zusammenhang stehen könnten, statistisch ausgeschlossen.

<sup>3</sup> Allison, P.D. (2009): *Fixed Effects Regression Models*. Thousand Oaks, CA, Sage.

(gegenüber 7,31) auf einer Skala von 0 – gar nicht zufrieden – bis 10 – sehr zufrieden – sowie eine geringere Zufriedenheit mit ihrem Familienleben (7,65 versus 7,90) und ihrem Schlaf (6,70 versus 6,96) als Personen, die samstags nicht arbeiten (Tabelle 2, Spalte 2 und 3). Auch wer sonntags arbeitet, ist mit seinem Leben allgemein, aber auch mit dem Familienleben, dem Schlaf und der eigenen Gesundheit unzufriedener. Diese deskriptiven Auswertungen bestätigen die Ergebnisse von 2001:<sup>10</sup> Personen, die am Wochenende arbeiten, sind mit ihrem Leben generell etwas unzufriedener und berichten zudem über eine geringere Zufriedenheit mit ihrem Schlaf, ihrer Gesundheit und ihrem Familienleben.

<sup>10</sup> Ebd.

Viele der Berufe, bei denen am Wochenende gearbeitet wird, gehen aber gleichzeitig mit anderen Belastungen, wie zum Beispiel Nachtarbeit oder Schichtdienst, einher. So arbeiten Krankenpflegerinnen und Krankenpfleger sowohl am Wochenende als auch nachts und das in kontinuierlich wechselnden Schichten. Dies könnte die Zufriedenheit der Betroffenen zusätzlich negativ beeinflussen. Aus dem ausschließlichen Vergleich von Personengruppen mit und ohne Wochenendarbeit lässt sich daher nicht ableiten, ob die Wochenendarbeit wirklich die Ursache für die geringere Zufriedenheit dieser Menschen ist. Um dies herauszufinden, bietet sich eine Längsschnittanalyse mithilfe einer sogenannten Fixed-Effects-Schätzung an (Kasten). Mit dieser Methode können sowohl zeitkonstante Merkmale der Berufe als auch individuelle Merkmale von Personen, wie beispielsweise der generelle Schlafbedarf, als Einflussfaktoren ausgeschlossen werden.

## ... das liegt aber nicht an der Wochenendarbeit per se

Trägt ein Wechsel von Nichtwochenendarbeit zu Wochenendarbeit tatsächlich negativ zur Lebenszufriedenheit sowie zur Zufriedenheit in den anderen Bereichen bei? Für die Beantwortung dieser Frage wurden 1400 Teilnehmerinnen und Teilnehmer des SOEP betrachtet, die im Zeitraum von 2005 bis 2013 ohne Unterbrechung und ohne Jobwechsel beschäftigt waren. Aus dieser Gruppe haben 345 Personen zur Samstagarbeit und 211 Personen zur Sonntagsarbeit gewechselt. Außerdem haben 211 Erwerbstätige, die zuvor gar nicht am Wochenende arbeiteten, zur Wochenendarbeit an beiden Tagen gewechselt. Mithilfe der Fixed-Effects-Schätzung kann gezeigt werden, wie sich die Zufriedenheit dieser Personen im Zeitablauf verändert hat – ob sich also die Aufnahme von Wochenendarbeit tatsächlich negativ auf die Zufriedenheit ausgewirkt hat. Dabei wird der Wechsel von gar keiner Wochenendarbeit zu Wochenendarbeit an beiden Tagen sowie der Wechsel zu Samstag- oder Sonntagsarbeit separat betrachtet.

Die Ergebnisse zeigen keinen statistisch bedeutsamen Zusammenhang zwischen einer Verlagerung der Arbeitszeit aufs Wochenende einerseits und Veränderungen der allgemeinen Lebenszufriedenheit sowie der Zufriedenheit mit Gesundheit, Familienleben und Schlaf andererseits.<sup>11</sup> Personen, die zunächst nicht am Wochenende arbeiten und ihre Arbeitszeit dann ändern, sind demnach in diesen Bereichen nicht unzufriedener als zu der Zeit, in der sie noch nicht am Wochenende gearbeitet haben.

Dies gilt allerdings nicht für die Arbeitszufriedenheit:<sup>12</sup> Mit dem Wechsel zur Arbeit am Wochenende ist ein statistisch bedeutsamer (wenn auch relativ geringer) Rückgang der Arbeitszufriedenheit verbunden. Dies gilt allerdings nur für die Personen, die zur Sonntagsarbeit gewechselt sind (Tabelle 3). Dieses Ergebnis ist konsistent mit den Analysen einer Studie von 2011, die zumindest bei Teilzeitarbeitenden mit Kindern ebenfalls einen Rückgang der Arbeitszufriedenheit beim Wechsel zur Sonntagsarbeit feststellt.<sup>13</sup>

<sup>11</sup> Dies gilt für alle drei Modellvariationen: den Wechsel zur Samstagarbeit, den Wechsel zur Sonntagsarbeit und den Wechsel zur Wochenendarbeit an beiden Tagen.

<sup>12</sup> Vgl. auch den allgemeinen Überblick zur Entwicklung der Arbeitszufriedenheit in Deutschland in der Studie von Karl Brenke. Brenke, K. (2015): Die große Mehrzahl der Beschäftigten in Deutschland ist mit ihrer Arbeit zufrieden. DIW Wochenbericht Nr. 32-33/2015, 715-722.

<sup>13</sup> Hanglberger, D. (2011), a. a. O.

Tabelle 3

### Wochenendarbeit und Zufriedenheit in verschiedenen Lebensbereichen

	Allgemeine Lebenszufriedenheit	Arbeit	Gesundheit	Familie	Schlaf
Samstag	0,00	-0,13	0,08	-0,04	-0,04
Sonntag	-0,03	-,25**	0,08	-0,03	0,08
Beobachtungen	7 040	7 040	7 040	5 516	4 221
Personen	1 408	1 408	1 408	1 379	1 407

\*\* 1 %, \*\*\* 0,1 %.

Dargestellt sind die Koeffizienten „Arbeit am Samstag“ und „Arbeit am Sonntag“. In den berechneten Modellen wird zusätzlich für folgende Variablen kontrolliert: logarithmiertes Einkommen (zentriert), Alter (zentriert), Anzahl der Arztbesuche (zentriert), Beschäftigungsdauer (zentriert), vereinbarte Arbeitszeit (zentriert), Familienstand (ledig), tätig im gehobenen Dienst, tätig in einer Leitungsposition und Betriebsgröße (20–199, 200–1 999, größer 2 000).

Quelle: SOEP V30.

© DIW Berlin 2015

Die Längsschnittanalyse kommt demnach zu anderen Ergebnissen als die deskriptiven Befunde der Querschnittsbetrachtung im ersten Teil dieser Untersuchung. Eine mögliche Erklärung ist, dass die allgemeine Lebenszufriedenheit sowie die Zufriedenheit mit Schlaf und Familienleben bei Befragten mit Berufen, bei denen Wochenendarbeit vorkommt, im allgemeinen geringer ist als bei Befragten, die einen Beruf ohne Wochenendarbeit ausüben. Entscheidend ist dabei nicht, ob jemand am Wochenende arbeitet. Vermutlich haben stattdessen andere Merkmale dieser Berufe einen negativen Einfluss auf die allgemeine Lebenszufriedenheit der Befragten sowie ihre Zufriedenheit mit Gesundheit, Familienleben und Schlaf.

### Fazit

Erwerbstätige, die am Wochenende arbeiten, haben im Durchschnitt eine geringere Lebens-, Gesundheits-, Familien- und Schlafzufriedenheit als Personen, die nicht am Wochenende erwerbstätig sind. Ein direkter negativer Zusammenhang besteht aber nur zwischen der Arbeitszufriedenheit und der Sonntagsarbeit. Es ist somit nicht der Wechsel zur Wochenendarbeit per se, der sich negativ auf die Lebens-, Gesundheits-, Familien- und Schlafzufriedenheit auswirkt. Vielmehr gehen die Berufe, in denen Personen am Wochenende arbeiten, aufgrund anderer Merkmale mit einer geringeren Zufriedenheit einher. Dazu könnten beispielsweise Schichtdienste oder Nachtarbeit gehören, wie sie unter anderem bei Krankenpflegerinnen und Krankenpflegern regelmäßig vorkommen.

**Maria Metzging** ist Doktorandin bei der Infrastruktureinrichtung Sozio-oekonomisches Panel am DIW Berlin | [mmetzing@diw.de](mailto:mmetzing@diw.de)

**David Richter** ist wissenschaftlicher Mitarbeiter bei der Infrastruktureinrichtung Sozio-oekonomisches Panel am DIW Berlin | [drichter@diw.de](mailto:drichter@diw.de)

### DOES WORKING ON THE WEEKEND LEAD TO DISSATISFACTION?

---

**Abstract:** More than 40 percent of Germany's labor force work not only Monday to Friday, but also Saturdays as well—and a quarter even regularly work on Sundays. Between 1996 and 2014, there was a slight increase in the proportion of those who work weekends; little is known, however, about how weekend work affects these workers' sleeping patterns and overall life satisfaction. The present analyses show that on average, employees who work weekends exhibit lower

satisfaction with their health, family life, and sleeping patterns, as well as with their life in general, than those who do not work Saturdays and/or Sundays. The decisive factor, however, is not the weekend work itself: When looking at those who initially only work weekdays and then begin working weekends, it becomes clear that their satisfaction does not change in most areas; merely job satisfaction slightly decreases when employees take up working on Sundays.

**JEL:** J28, J81

**Keywords:** Well-being, working time, SOEP



DIW Berlin – Deutsches Institut  
für Wirtschaftsforschung e.V.  
Mohrenstraße 58, 10117 Berlin  
T +49 30 897 89 -0  
F +49 30 897 89 -200  
82. Jahrgang

#### Herausgeber

Prof. Dr. Pio Baake  
Prof. Dr. Tomaso Duso  
Dr. Ferdinand Fichtner  
Prof. Marcel Fratzscher, Ph.D.  
Prof. Dr. Peter Haan  
Prof. Dr. Claudia Kemfert  
Dr. Kati Krähnert  
Prof. Dr. Lukas Menkhoff  
Prof. Karsten Neuhoff, Ph.D.  
Prof. Dr. Jürgen Schupp  
Prof. Dr. C. Katharina Spieß  
Prof. Dr. Gert G. Wagner

#### Chefredaktion

Sylvie Ahrens-Urbaneck  
Dr. Kurt Geppert

#### Redaktion

Renate Bogdanovic  
Sebastian Kollmann  
Marie Kristin Marten  
Dr. Wolf-Peter Schill

#### Lektorat

Dr. Daniel Kemptner  
Dr. Jan Marcus

#### Pressestelle

Renate Bogdanovic  
Tel. +49-30-89789-249  
presse@diw.de

#### Vertrieb

DIW Berlin Leserservice  
Postfach 74  
77649 Offenburg  
leserservice@diw.de  
Tel. (01806) 14 00 50 25  
20 Cent pro Anruf  
ISSN 0012-1304

#### Gestaltung

Edenspiekermann

#### Satz

eScriptum GmbH & Co KG, Berlin

#### Druck

USE gGmbH, Berlin

Nachdruck und sonstige Verbreitung –  
auch auszugsweise – nur mit Quellen-  
angabe und unter Zusendung eines  
Belegexemplars an die Serviceabteilung  
Kommunikation des DIW Berlin  
(kundenservice@diw.de) zulässig.

Gedruckt auf 100 % Recyclingpapier.