

Univ.-Prof. Dr. Stefan Süß
Dipl.-Kffr. Shiva Sayah

Work-Life-Balance von Freelancern – konzeptionelle Überlegungen und empirische Befunde

Öffentliche Ringvorlesung der Universität Trier
im Wintersemester 2011/2012

17.01.2012

www.flink-projekt.de

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Sozialfonds



DLR

Projekträger im DLR



Arbeiten – Lernen –
Kompetenzen entwickeln

Überblick

Ausgangssituation, Problemstellung, Ziel der Forschung
Wer sind Freelancer?
Was ist Work-Life-Balance?
Empirische Studien
- Qualitative Studie
- Quantitative Studie
Schlussfolgerungen aus den Studien

Ausgangssituation

- Flexibilisierung des Arbeitsmarktes
 - Zahl der Normalarbeitsverhältnisse sinkt
 - Zahl der atypischen Beschäftigungsverhältnisse steigt an
 - insbesondere die Anzahl von Freelancern erhöht sich
- anhaltende Diskussion über Work-Life-Balance
 - neue Anforderungen durch flexible Beschäftigungsformen
 - bislang kein Bezug auf Freelancer

Forschungslücke

- bislang kaum Forschung zur Work-Life-Balance von Freelancern
- Erforschung ist aber wichtig, da weitreichende Konsequenzen, z.B.:
 - negativer Effekt auf die Arbeitszufriedenheit
 - negativer Effekt auf die Lebenszufriedenheit
 - Beeinträchtigung der Gesundheit, z. B.:
 - Fettleibigkeit
 - Bluthochdruck
 - psychosomatische Symptome
 - Depressionen
 - Burnout

Ziel

- empirische Untersuchung der Work-Life-Balance von Freelancern, um Einflussfaktoren der Work-Life-Balance zu identifizieren

Wer sind Freelancer?

Freelancer (freie Mitarbeiter)...

- ...arbeiten projektbezogen und zeitlich befristet für verschiedene Auftraggeber.
- ...gehen kein Arbeitnehmerverhältnis ein, sondern schließen Werk- oder Dienstverträge ab.
- ...sind selbstständig und sorgen für eigenständige Auftragsakquise.
- ...organisieren ihren Arbeitsablauf selbst.

Was ist Work-Life-Balance?

- Heterogenität der Begriffe
 - u. a.: Work-Life-Balance, Work-Family-Interference, Work-Family-Integration, Work-Family-Conflict, Work-Family-Enrichment
- in Deutschland vor allem Nutzung des Begriffs Work-Life-Balance
 - aber einzelne Begriffselemente kontrovers diskutiert
 - Was fasst man unter „Work“?
 - Was gehört zu „Life“?
 - Wann ist eine „Balance“ erreicht?
- mehrheitliches Verständnis:
 - Verhältnis von Arbeit und Privatleben, das den individuellen Bedürfnissen entspricht

Das Konzept der Work-Life-Balance

- zwei grundlegende Perspektiven:
 - Konflikt
 - Bereicherung
- bidirektionaler Zusammenhang zwischen Arbeit und Privatleben
- alternativ: keine Differenzierung nach Lebensbereichen, sondern nach Belastungen und Ressourcen (vgl. z. B. Kastner 2004)

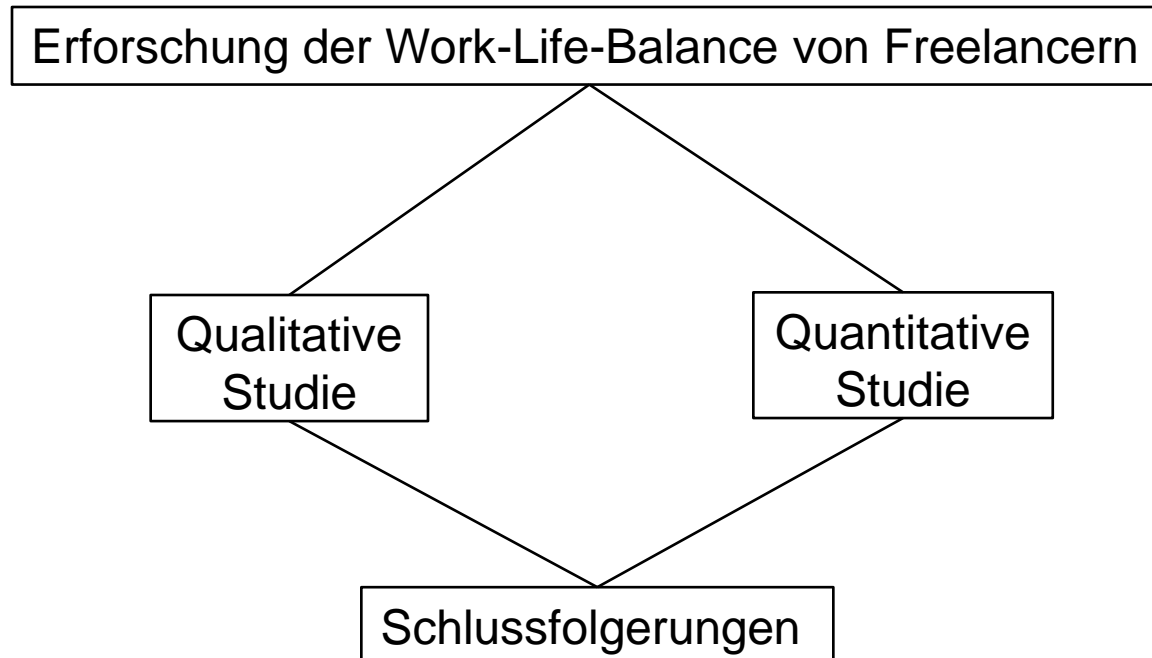
Plausibilitätsgestützte Überlegungen zur Work-Life-Balance von Freelancern

- lange Arbeitszeiten, Zeit- und Leistungsdruck u. a. aufgrund von Selbstständigkeit, Projektarbeit
- Entgrenzung von Berufs- und Privatleben
- ökonomischer Druck und Jobunsicherheit (vor allem in der Medienbranche)
- Freelancer klagen vergleichsweise häufig über psychische Probleme und Burnout-Symptome (Siebecke 2010).

Überblick

Ausgangssituation, Problemstellung, Ziel der Forschung
Wer sind Freelancer?
Was ist Work-Life-Balance?
Empirische Studien
- Qualitative Studie
- Quantitative Studie
Schlussfolgerungen aus den Studien

Vorgehen im Rahmen der Studie



Qualitative Untersuchung (Interviewstudie)

- Interviewzeitraum: Januar - März 2010
- 23 leitfadengestützte Einzelinterviews von IT- und Medien-Freelancern
- Auswertung durch sog. qualitative Inhaltsanalyse

	Inter- view- partner	Geschlecht		Familienstand		Kinder		Einkommen (in Tsd. €)
	Anzahl	m	w	allein- stehend	in fester Partner- schaft	ja	nein	Median
IT	13	11	2	3	10	7	6	90 bis 160
Medien	10	5	5	3	7	5	5	20 bis 40
Gesamt	23	16	7	6	17	12	11	60 bis 90

Trennung von Berufs- und Privatleben (1)

Realisierung und Bewertung der (nicht vorhandenen) Trennung unterschiedlich, hängen im Wesentlichen ab von...

... der Branchenzugehörigkeit:

- Medienfreelancer: überwiegend keine Trennung aufgrund hoher Flexibilitätsanforderungen, hohem Arbeitsaufwand sowie mangelnder Planbarkeit der Tätigkeit
- IT-Freelancer: Einige setzen sehr bewusst Grenzen, bei anderen resultiert die Trennung aus entfernten Projekteinsätzen.

... dem Familienstand:

- Trennung überwiegend durch ledige, kinderlose Freelancer vorgenommen
- Freelancer mit Partner und/oder Kindern ziehen überwiegend keine Grenzen

Trennung von Berufs- und Privatleben (2)

IT-Freelancer, männlich, 42 Jahre, verheiratet, 1 Kind:

„Ich fange viertel nach sieben im Büro an und höre um sechs Uhr auf – pünktlich (...). Und da bin ich einfach diszipliniert. (...) Sonntags Computer aus (...). Also, ich werde sicherlich nicht zu Hause arbeiten und dann dem Kleinen hinterher rennen im Garten oder so.“

Medienfreelancer, weiblich, 40 Jahre, verheiratet, 3 Kinder:

„(...) das ist wunderbar miteinander verwoben (...) Ich habe drei Kinder und wenn die Kinder in der Schule, im Kindergarten sind, dann arbeite ich. Wenn die nach Hause kommen, kann ich mich mit meinen Kindern beschäftigen und abends kann ich, wenn die im Bett sind und wenn noch was ansteht, arbeiten.“

Arbeitszeit

- sehr unterschiedlich (Minimum: 20 h/Woche; Maximum: 72 h/Woche)
- in der Regel (deutlich) mehr als 40 h/Woche
- Begründungen variieren branchenabhängig
 - Medien i.d.R.:
 - geringes Arbeitspensum aufgrund Auftragsmangel
 - hohes Arbeitspensum notwendig für Einkommenssicherung
 - IT i.d.R.:
 - geringes Arbeitspensum ermöglicht Kinderbetreuung
 - hohes Arbeitspensum aufgrund individueller Organisation sämtlicher Tätigkeiten des Arbeitsalltags, Weiterbildung zusätzlich zur Projektarbeit

Medienfreelancer, männlich, 50 Jahre, verheiratet, 2 Kinder:

„(...) das ist die Situation der Freelancer, dass die diese zeitlichen Probleme die die Unternehmen selber haben, irgendwie ausbaden müssen und dann zu irresten Zeiten irgendwie etwas produzieren müssen.“

Negatives Fremdurteil

- hohes Arbeitspensum und fehlende Erholungsphasen
- ständige Erreichbarkeit bzw. dauerhafte Dienstbereitschaft
- mehrtägige Abwesenheit bei entfernten Projekteinsätzen

IT-Freelancer, männlich, 62 Jahre, verheiratet, 5 Kinder:

„Das heißt, dass meine Frau vier Tage die Woche im Grunde genommen nicht nur Haushaltsführung macht, sondern auch das ganze Familienmanagement machen muss. (...) Wenn irgendwie Probleme auftauchen oder irgendetwas nicht funktioniert, ist sie ganz alleine gelassen.“

Positives Fremdurteil

- (zeitliche und räumliche) Flexibilität erleichtert Vereinbarkeit von beruflichen und familiären Verpflichtungen
 - Merkmale dieser Freelancer:
 - Alter: 36-47 Jahre; verheiratet/feste Partnerschaft mit Kindern
 - keine Grenzziehung zwischen Berufs- und Privatleben
- reduzierte Arbeitszeit ermöglicht genügend Zeit für Familie, Freunde und Freizeit
 - Merkmale dieser Freelancer:
 - Alter: unter 30 Jahre; alleinstehend, kinderlos
 - klare Trennung von Berufs- und Privatleben

Idealvorstellungen

- Reduzierung der Arbeitszeit

IT-Freelancer, männlich, 50 Jahre, verheiratet, 1 Kind:

„(...) die ideale Verbindung zwischen Arbeit und Leben ist gefunden, wenn ich eine Arbeit habe, (...) wo ein gesundes Verhältnis ist zwischen Schaffen am Arbeitsplatz und Ausruhen in der Familie und Freizeit. (...)“

- Steigerung der Stabilität und des Einkommens

Medienfreelancer, weiblich, 50 Jahre, alleinstehend:

„(...) einfach eine bessere, eine faire Bezahlung, die mir auch entsprechende Pausen und so weiter ermöglicht. Ich meine, ich bin jetzt 50, ich kann den Stiefel durchziehen, aber was mache ich, wenn ich 65 bin? Von den Honoraren können Sie auch keine Altersvorsorge treffen.“

- klare Trennung von Berufs- und Privatleben

Medienfreelancer, männlich, 25 Jahre, alleinstehend:

„Also, ich finde es auf jeden Fall wichtig, dass man eine klare Trennung zieht zwischen Arbeitsleben und Privatleben, weil, wenn sich das vermischt, kann man nicht 100% in das Arbeitsleben setzen und 100% in das Familienleben.“ (M.2)

Schlussfolgerungen aus der qualitativen Untersuchung

- Diskrepanz zwischen Realität und Idealvorstellung
- keine pauschalen Aussagen zur realisierten und gewünschten Work-Life-Balance der Freelancer möglich, sondern Differenzierung nötig
 - Alter, Familienstand, Kinderzahl
 - Branchenspezifika, Arbeitszeit/-ort, Einkommen
 - individuelle Präferenzen
- ➔ Arbeitsbedingungen für einige Freelancer einschränkende Faktoren, für andere ermöglichende Faktoren
 - z. B.: Überlappung von Berufs- und Privatleben:
 - vereinfacht Vereinbarkeit für einige Freelancer
 - erschwert Vereinbarkeit für andere Freelancer

Grenzen der qualitativen Studie und Forschungsbedarf

- qualitative Studie kann Forschungsobjekt nicht umfassend abbilden
 - großzahlige Untersuchung zur Generalisierung der Ergebnisse
- Ergebnisse beruhen auf Selbstauskünften
 - zusätzliche Erkenntnisse durch Befragung des Umfelds
- Beeinflussung der Ergebnisse durch Spezifika der untersuchten Branchen
 - Vergleich mit Freelancern anderer Branchen bzw. mit anderen Beschäftigtengruppen
- unidirektionaler Fokus (Einfluss des Berufs- auf das Privatleben)
 - bidirektionale Untersuchung

Überblick

Ausgangssituation, Problemstellung, Ziel der Forschung
Wer sind Freelancer?
Was ist Work-Life-Balance?
Empirische Studien
- Qualitative Studie
- Quantitative Studie
Schlussfolgerungen aus den Studien

Quantitative Studie

- Online-Umfrage im Frühjahr 2011
- Rekrutierung mittels Newslettern von Unternehmen und Verbänden sowie Ankündigungen in Zeitschriften
- verwendete Skala u.a.:
 - Work-Life-Conflict (Carlson et al. 2000)
(Skalenreliabilität Cronbachs $\alpha = 0,87$)
- Befragung richtete sich erneut an IT- und Medienfreelancer

Beispielitems zur Erhebung des Work-Life-Conflicts

- Ich muss private Aktivitäten absagen, da ich viel Zeit in meine Arbeit investieren muss.
- Wenn ich von der Arbeit nach Hause komme, bin ich emotional oft so erschöpft, dass ich meinen privaten Aktivitäten nicht mehr nachgehen kann.
- Die Art und Weise, wie ich Probleme bei der Arbeit löse, hilft mir im privaten Alltag nicht weiter.
- Die Zeit, die ich in private Aktivitäten investiere, führt oft dazu, dass ich keine Zeit für berufliche Aktivitäten habe, die hilfreich für meine Karriere sein könnten.
- Da ich im Privatleben oft gestresst bin, fällt es mir schwer, mich auf die Arbeit zu konzentrieren.
- Das Verhalten, das im privaten Umfeld effektiv und notwendig ist, ist für meine Arbeit kontraproduktiv.

Konzeption der empirischen Untersuchung

- Fokus auf Konfliktperspektive (basiert i.d.R. auf der Rollentheorie):
 - Annahme: Jeder Mensch nimmt in seinem Leben (zeitgleich) mehrere Rollen ein, z. B. als Mitarbeiter, Vorgesetzter, Ehepartner, Elternteil, Freund/Freundin und Mitbürger in der Gesellschaft.
 - Durch das Agieren in verschiedenen Lebensrollen können Konflikte auftreten aufgrund begrenzter Zeit, der Übertragung der Belastungen und/oder unterschiedlicher Verhaltensanforderungen (vgl. Greenhaus/Beutell 1985).

Hypothesen (I)

- Geschlecht
 - unterschiedliche Sozialisation sowie anderes Rollenverständnis
 - H1a: Zwischen weiblichen und männlichen Freelancern gibt es keine nennenswerten Unterschiede im gesamthaften Empfinden des Work-Life-Conflicts.
 - H1b: Männliche Freelancer empfinden einen stärkeren work-to-life conflict, während bei weiblichen Freelancern der life-to-work conflict stärker ausgeprägt ist.
- Alter und Anzahl der Kinder
 - zusätzliche Verpflichtungen, insbesondere bei Frauen
 - H2a: Je höher die Anzahl der jüngeren Kinder ist, desto höher ist der Work-Life- Conflict.
 - H2b: Die zunehmende Anzahl der jüngeren Kinder führt bei weiblichen Freelancern zu einem stärker steigenden Work-Life-Conflict als bei männlichen Freelancern.

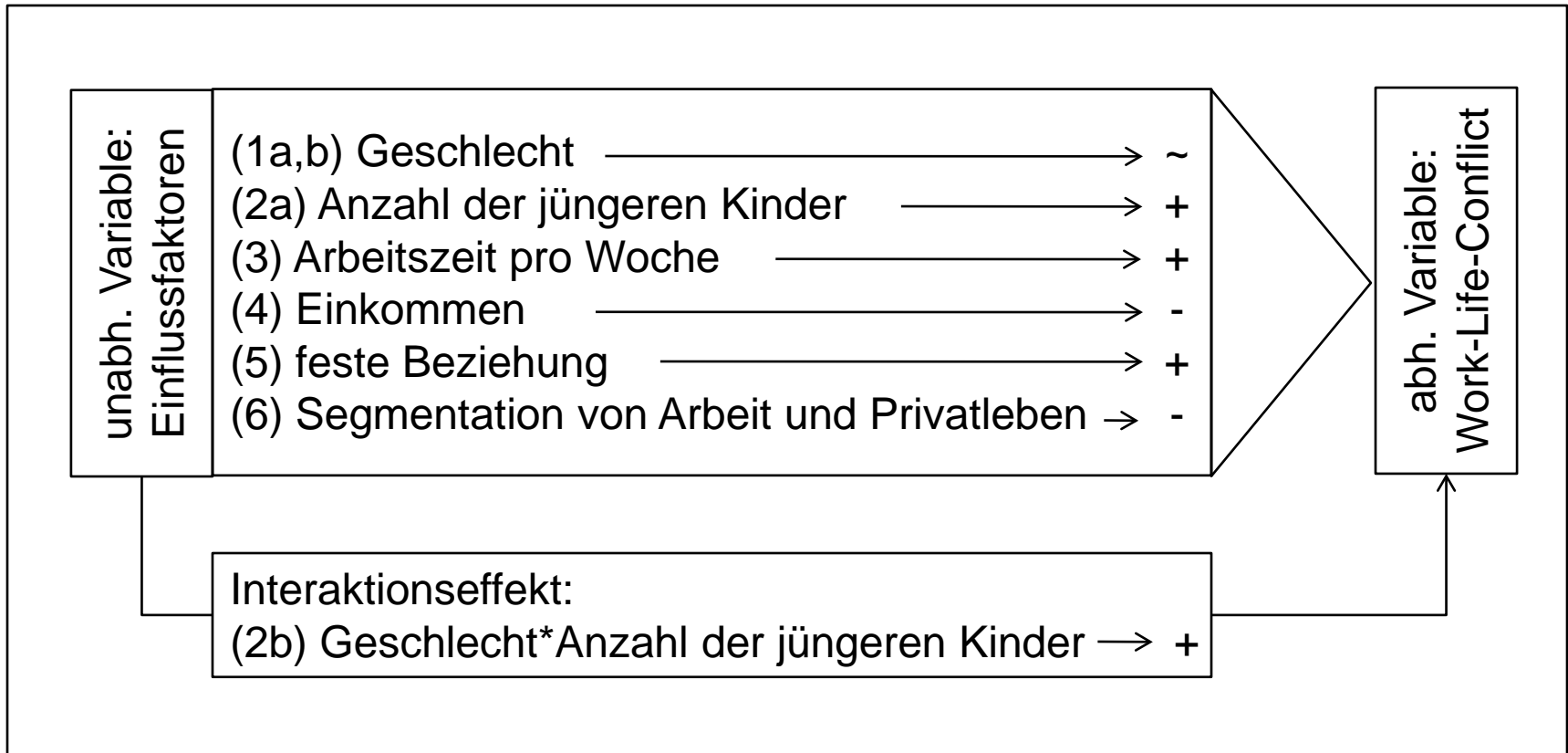
Hypothesen (II)

- Arbeitszeit pro Woche
 - verfügbare Zeit muss auf verschiedene Lebensrollen aufgeteilt werden
 - insbesondere bei Freelancern zusätzliche Aufgaben
 - H3: Je höher die Arbeitszeit pro Woche, desto stärker ist der Work-Life-Conflict.
- Einkommen
 - ein hohes Einkommen ermöglicht das „Outsourcen“ von Aufgaben
 - Freelancer versuchen unregelmäßiges und geringes Einkommen durch zusätzliche Aufträge auszugleichen
 - H4: Je mehr Einkommen zur Verfügung steht, desto geringer ist der empfundene Work-Life-Conflict von Freelancern.

Hypothesen (III)

- Familienstand
 - mehr Verpflichtungen in einer Partnerschaft
 - durch die Flexibilitätsanforderungen des Freelancings hoher Abstimmungsbedarf
 - H5: Freelancer, die sich in einer festen Partnerschaft befinden, nehmen einen stärkeren Work-Life-Conflict wahr als diejenigen ohne Partner.
- Segmentation von Arbeit und Privatleben
 - Störungen aus anderen Lebensrollen werden reduziert, wenn das Individuum in jeder Situation auf jeweils eine Rolle fokussiert
 - H6: Je deutlicher eine Trennung zwischen den Rollen des Arbeits- und Privatlebens stattfindet, desto geringer ist der Work-Life-Conflict.

Forschungsdesign



Beschreibung der Stichprobe

	Teilnehmer	Geschlecht		Alter		„Dienstalter“	
	N	m	w	MW	SD	MW	SD
Medien	82	38	44	43,39	9,67	11,62	7,83
IT	61	54	7	44,89	7,06	9,36	5,60
insgesamt	143	92	51	44,03	8,66	10,66	7,04

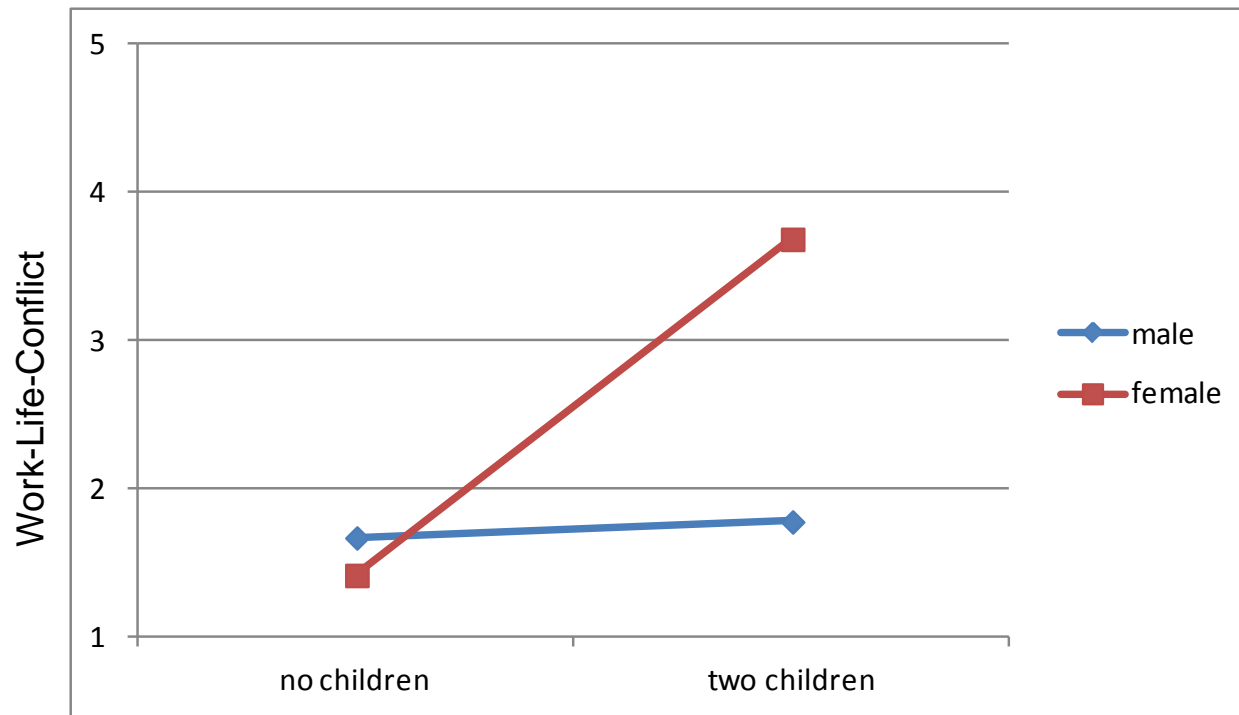
	Einkommen (in Tsd. €)	Familienstand		Kinder		Tausch mit Festanstellung (in %)	
	Median	allein- stehend	fester Partner	ja	nein	ja	nein
Medien	20-40	21	61	25	57	32,9	67,1
IT	80-100	9	52	38	23	14,8	85,2
insgesamt	40-60	30	113	63	80	25,2	74,8

Ergebnisse der Regressionsanalyse

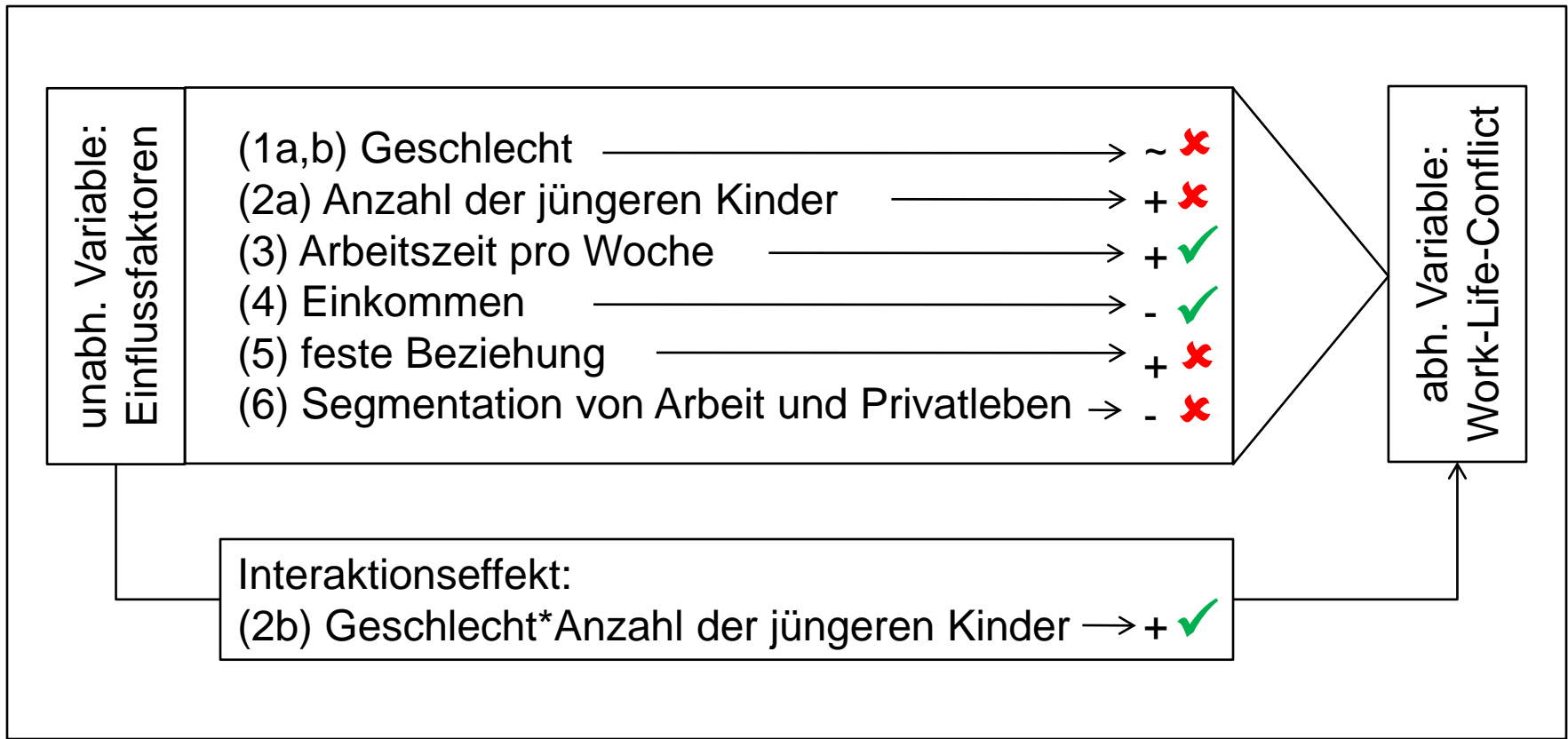
Variable	Hypothese	Modell 1		Modell 2		Modell 3	
Kontrollvariablen							
Alter		-,051	(,139)	-,055	(,139)	-,087	(-,137)
Branche		-,020	(2,008)	-,113	(2,680)	-,126	(-2,617)
Dauer der Freelancertätigkeit		-,121	(,174)	-,063	(,179)	-,044	(-,175)
Anstellung vor Freelancertätigkeit		,048	(2,422)	,100	(2,446)	,130	(-2,404)
unabhängige Variablen							
Geschlecht	(1a)			-,135	(2,224)	-,184*	(2,211)
Anzahl der Kinder unter 7 Jahren	(2a)			,123	(1,961)	,052	(2,003)
Arbeitszeit pro Woche	(3)			,210*	(,077)	,226**	(0,076)
Einkommen unter 40.000 €	(4)			,340*	(3,187)	,319*	(-3,115)
Einkommen zwischen 40.000 und 80.000 €	(4)			,198 ⁺	(2,781)	,210*	(2,716)
feste Beziehung	(5)			-,078	(2,372)	-,099	(2,325)
Segmentation von Arbeit und Privatleben	(6)			,124	(,794)	,110	(0,776)
Interaktionseffekt							
Geschlecht*Anzahl der Kinder unter 7 J.	(2b)					,237**	(6,825)
Statistik							
df			4		11		12
F			1,029		2,137*		2,692**
R ² (korrigiert)			,001		,08		,13
ΔR ²					,08		,05

abhängige Variable: Work-Life-Conflict
standardisierte Regressionskoeffizienten, in Klammern: Standardfehler
n = 143 + p ≤ .10 *p ≤ .05, **p ≤ .01, ***p ≤ .001; zwei-seitiger Test

Interaktionseffekt Geschlecht*Anzahl der jüngeren Kinder



Ergebnisse zu den Hypothesen



Schlussfolgerungen zur quantitativen Untersuchung (I)

- kein wesentlicher Einfluss der Branche auf Work-Life-Conflict
- je höher das zeitliche Arbeitspensum, desto mehr Konflikte werden empfunden
 - insbesondere hochsignifikanter und spürbarer Effekt bei work to life conflict (wenig überraschend)
- mit steigendem Einkommen nehmen Konflikte ab
 - insbesondere life to work conflict
 - Möglichkeit der Entlastung durch externe Dienstleistungen
 - finanzieller Rückhalt verringert die Notwendigkeit alle Aufträge anzunehmen

Schlussfolgerungen zur quantitativen Untersuchung (II)

- Männer empfinden generell mehr Konflikte zwischen Arbeit und Privatleben als Frauen.
 - insbesondere life to work conflict
- Wenn jüngere Kinder vorhanden sind, haben Frauen wesentlich mehr Schwierigkeiten bei der Vereinbarkeit von Arbeit und Privatleben.
 - insbesondere hochsignifikanter und spürbarer Effekt bei life to work conflict
 - Hauptverantwortung für die Kindererziehung
 - Flexibilitätsanforderungen des Freelancings schwieriger zu erfüllen

Grenzen der quantitativen Studie und Forschungsbedarf

- relativ geringer Erklärungsgehalt der Variablen
 - Einfluss weiterer Faktoren untersuchen (z. B. Autonomie, persönliche Eigenschaften)
- Fokus lediglich auf Medienbranche und IT-Branche
 - Untersuchung in anderen Branchen
- kein direkter Vergleich mit anderen Beschäftigungsverhältnissen möglich
 - Untersuchung mit verschiedenen Beschäftigungsgruppen
- Lediglich Konfliktperspektive betrachtet
 - weitere Aspekte der Interaktion zwischen Arbeit und Privatleben (z. B. Bereicherung)

Gesamthafte Schlussfolgerungen zur Work-Life-Balance von Freelancern

- Es gibt Unterschiede zwischen IT-Freelancern und Medienfreelancern bei der operativen Umsetzung der Vereinbarkeit von Arbeit und Privatleben (z. B. Trennung der Bereiche).
- Das Ausmaß des Work-Life-Conflicts wird jedoch nicht von der Branche beeinflusst und beide Freelancergruppen haben ähnlich hohe Konfliktausprägungen.
- Offenbar prägt vor allem die persönliche (z.B. familiäre) Situation den empfundenen Work-Life-Conflict.
- Auch ein Einkommenseffekt existiert: Höhere Stundensätze oder Rücklagen ermöglichen selektivere Auftragsannahme und damit eine Reduzierung des Work-Life-Conflicts.
- Insgesamt führt Freelancing zu einer sinkenden Stabilität im Berufsleben bei steigender Flexibilität mit entsprechend individuell unterschiedlichen Konsequenzen für die Vereinbarkeit von Arbeit und Privatleben.

Weiterer Forschungsbedarf

- Welche weiteren Faktoren beeinflussen die Work-Life Balance?
- Wird die Ausprägung des Work-Life-Conflicts durch die Beschäftigungsform jedoch nicht von der Branche beeinflusst?
- Wie werden Grenzen zwischen Arbeit und Berufsleben von Freelancern wahrgenommen? Wie wirken sich diese auf die Work-Life-Balance aus?
- Wie prägen persönliche Eigenschaften und Erfahrungen den Work-Life-Conflict?
- Wie wird der Work-Life-Conflict in verschiedenen sicheren Beschäftigungsformen wahrgenommen?
- Was unternehmen Individuen und Unternehmen, um die Vereinbarkeit von Arbeit und Privatleben zu verbessern?

Univ.-Prof. Dr. Stefan Süß
Dipl.-Kffr. Shiva Sayah

Work-Life-Balance von Freelancern – konzeptionelle Überlegungen und empirische Befunde

Öffentliche Ringvorlesung der Universität Trier
im Wintersemester 2011/2012

www.flink-projekt.de

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Sozialfonds



DLR

Projekträger im DLR



Arbeiten – Lernen –
Kompetenzen entwickeln