

TEXTE

68/2014

Zeit für Nachhaltigkeit – Zeiten der Transformation: Elemente einer Zeitpolitik für die gesellschaftliche Transformation zu nach- haltigeren Lebensstilen

TEXTE 68/2014

Umweltforschungsplan des
Bundesministeriums für Umwelt,
Naturschutz, Bau und Reaktorsicherheit

Forschungskennzahl 371211103
Auszüge aus dem Endbericht des Vorhabens mit dem FKZ 371211103

Transformationsstrategien und Models of Change
für nachhaltigen gesellschaftlichen Wandel

**Zeit für Nachhaltigkeit – Zeiten der
Transformation:
Elemente einer Zeitpolitik für die
gesellschaftliche Transformation zu
nachhaltigeren Lebensstilen**

– Bericht des AP 4.2 –

von

Lucia Reisch, Sabine Bietz
Forschungszentrum Verbraucher, Markt und Politik | CCMP, Zeppelin Universität
Friedrichshafen

Gesamtprojektleitung:
Bettina Brohmann, Rainer Griebhammer
Öko-Institut e.V. – Institut für Angewandte Ökologie

Im Auftrag des Umweltbundesamtes

Impressum

Herausgeber:

Umweltbundesamt
Wörlitzer Platz 1
06844 Dessau-Roßlau
Tel: +49 340-2103-0
Fax: +49 340-2103-2285
info@umweltbundesamt.de
Internet: www.umweltbundesamt.de

 /umweltbundesamt.de

 /umweltbundesamt

Durchführung der Studie:

Forschungszentrum Verbraucher, Markt und Politik | CCMP
Zeppelin Universität
Am Seemooser Horn 20, 88045 Friedrichshafen

Abschlussdatum:

2015

Redaktion:

Fachgebiet I 1.1 Grundsatzfragen, Nachhaltigkeitsstrategien
und -szenarien, Ressourcenschonung
Alexander Schülke

Publikationen als pdf:

<http://www.umweltbundesamt.de/publikationen/zeit-fuer-nachhaltigkeit-zeiten-der-transformation>

ISSN 1862-4804

Dessau-Roßlau, September 2014

Das diesem Bericht zu Grunde liegende Vorhaben wurde mit Mitteln des Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz, Bau und Reaktorsicherheit unter der Forschungskennzahl 37121113 gefördert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung liegt bei den Autorinnen und Autoren.

Kurzbeschreibung

Eingebettet in die übergeordneten Fragestellungen des Projekts „Transformationsstrategien und Models of Change für nachhaltigen gesellschaftlichen Wandel“ (FKZ 371211103) vertieft das vorliegende Arbeitspapier 4.2 speziell die Rolle temporaler Elemente für eine Transformation zu einer Kultur der Nachhaltigkeit, insbesondere der Rolle von Zeit bei Veränderungsprozessen in Richtung nachhaltigerer Lebensstile. Aus der Perspektive der Zeit und Zeitpolitik werden zum einen die Inhaltsdimension, zum anderen die Prozessdimension von Transformationsprozessen betrachtet. Neben einer umfassenden Literaturlauswertung werden aktuelle zeitpolitische Debatten und Themen abgebildet und versucht, handlungsrelevantes Wissen zu destillieren. Das Papier ist wie folgt gegliedert: Kapitel 1 ordnet das Thema „Zeit“ in den Zusammenhang des Gesamtprojekts ein und skizziert die Fragestellungen und den Ansatz des Papiers. In Kapitel 2 „Transformation *in* der Zeit“ wird Zeit als Rahmenbedingung von Transformation behandelt. Kapitel 3, „Transformation *von* Zeitregimes“ betrachtet Zeit als Gestaltungsvariable, deren Elemente im Rahmen einer innovativen Zeitpolitik der Transformation eingesetzt werden können. Näher betrachtet werden hier u.a. die Themen „Erwerbsarbeit und Umweltverbrauch“ sowie „Zeitwohlstand und Gutes Leben“. Des Weiteren werden Strukturen, Prozesse und Verfahren einer effektiven Zeitpolitik skizziert. Kapitel 4 untersucht Ansätze einer Zeitpolitik für Transformation: relevante Debatten, mögliche Strategien sowie Akteure und Instrumente. Gezeigt werden zeitpolitische Initiativen auf gesamtgesellschaftlicher, auf lokaler sowie auf individueller Ebene. Kapitel 5 skizziert einige Empfehlungen für Ansätze einer Zeitpolitik für Transformation. Das Papier schließt mit einem Annex, in dem Beispiele zeitpolitischer Initiativen und Experimente kurz porträtiert werden.

Summary

The present working paper 4.2 is attached to the superordinate questions dealt with in the project “Transformation Strategies and Models of Change for sustainable Social Change” (FKZ 371211103) and delves into the role of temporal elements for a transformation towards a culture of sustainability, particularly the role of time in processes of change towards more sustainable lifestyles. It examines transformation processes in terms of the dimension of content on the one hand and of process on the other from a perspective of time and politics of time. Apart from a comprehensive literature analysis it presents current debates and topics linked to politics of time and tries to distil knowledge of practical use. The paper is structured as follows: Chapter 1 embeds the topic of “time” into the context of the whole project and outlines the problems dealt with in the paper as well as its general approach. In Chapter 2, “Transformation in the time”, time is presented as a determining factor of transformation. In Chapter 3, “Transformation of temporal regimes”, time is considered as a variable whose elements can be used in an innovative approach to transformation with the help of politics of time. It takes a closer look at topics such as “Gainful Employment and Consumption of Resources” and “Wealth in time and good Life”. In addition, it sketches out structures, processes and procedures of an effective politics of time. Chapter 4 examines approaches of a politics of time necessary for transformation: relevant debates, possible strategies, players and tools. It presents initiatives dealing with politics of time on the level of society as a whole as well as on the local and the individual level. Chapter 5 outlines some recommendations for approaches of a politics of time necessary for transformation. The paper concludes with an annex containing short presentations of examples of initiatives dealing with politics of time and experiments.

Inhaltsverzeichnis

1	Zeit in der Transformationsforschung: Problemaufriss und Fragestellung.....	7
1.1	Hintergrund: Einordnung des Themas „Zeit“ in das Gesamtprojekt.....	7
1.2	Überblick: Fragestellungen und Ansatz des Arbeitspapiers.....	8
2	Transformation in der Zeit: Zeit als Rahmenbedingung.....	10
3	Transformation von Zeitregimes: Zeit als Gestaltungsvariable.....	14
3.1	Die Inhaltsdimension der Zeitpolitik (<i>time policy</i>).....	15
3.1.1	Erwerbsarbeitszeitregime und Umweltverbrauch.....	18
3.1.2	Zeitwohlstand, Wohlbefinden und Nachhaltigkeit	21
3.1.2.1	Zeitwohlstand als attraktives Narrativ.....	21
3.1.2.2	Wachstum macht nicht (immer) glücklich.....	24
3.1.2.3	Materieller Wohlstand und Zeitwohlstand: Ein Konkurrenzverhältnis?	25
3.1.2.4	Zeitverdichtung, Multitasking und individuelles Wohlbefinden.....	26
3.2	Die Verfahrensdimension der Zeitpolitik (<i>time politics</i>)	29
3.2.1	Strukturen, Prozesse und Methoden	29
3.2.2	Politikinnovation „Verhaltensbasierte Regulierung“	32
4	Zeitpolitik für Transformation: Ansätze, Strategien, Initiativen.....	34
4.1	Ansätze auf Gesellschaftsebene: Temporale Aspekte von Wohlfahrt und Fortschritt	35
4.1.1	Das Konzept einer „Öko-Sozialen Zeitpolitik“	35
4.1.2	Zeitbewusste Technologie- und Innovationspolitik.....	36
4.1.3	Der nordische „temporale Wohlfahrtsstaat“	36
4.2	Ansätze in Kommunen: Lokalisierung der Governance	37
4.3	Ansätze auf individueller Ebene: Temporale Konsumkompetenz	38
5	Rückschau und Empfehlungen	40
5.1	Rückschau.....	40
5.2	Wohin und Weshalb? Diskurs über Zeit und Gutes Leben.....	41
5.3	Wer und wie? Zeitpolitik als Ko-Produktion und Demokratieprojekt.....	42
5.4	Realitätscheck und Evidenzbasierung: Transformative Forschung.....	43
	Annex: Ausgewählte Initiativen.....	45
	Referenzen	52

1 Zeit in der Transformationsforschung: Problemaufriss und Fragestellung

1.1 Hintergrund: Einordnung des Themas „Zeit“ in das Gesamtprojekt

Schon heute wird in gesellschaftlichen Nischen der gesellschaftliche Wandel zu nachhaltigeren Lebensstilen vorgelebt. Aufgabe einer Politik der Transformation ist, diese Lebensstile zu unterstützen und nachhaltigkeitswirksame Elemente in den Mainstream zu überführen. Wie Beispiele aus anderen Ländern zeigen, bieten sich politischen und subpolitischen Akteuren unterschiedlicher Handlungsebenen eine Reihe von Möglichkeiten, mit vielfältigen Anreizen und der Gestaltung von Rahmenbedingungen nachhaltigere Lebensstile zu fördern und in der Gesellschaft zu verbreitern. Solche Lebensstile zeichnen sich im Kern durch weniger umweltbelastende und zugleich materiell und immateriell Wohlfahrt schaffende, gerechtere Arbeits-, Produktions- und Konsummuster aus (u.a. Kaenzig/Jolliet 2006; Brand 2008; Enquete-Kommission 2013). Um wissenschaftliche Grundlagen für eine solche Politik der **Transformation von Nichtnachhaltigkeit** in Richtung einer **nachhaltigen, dauerhaft möglichen Entwicklung** zu erarbeiten, werden im Rahmen des Projekts „Transformationsstrategien und Models of Change für nachhaltigen gesellschaftlichen Wandel“ (FKZ 371211103) gesellschaftliche Veränderungsprozesse, ihre Strukturen und Muster, Treiber und Hemmnisse untersucht und systematisiert.

Eine wirksame Politik der Transformation ist notwendigerweise empirisch basiert. Um zielgruppengerechte und effektive Politikinstrumente zu entwickeln, benötigt sie insbesondere empirisch basiertes Wissen über

- die **Gestaltung von Transformationsprozessen**, und damit Fragen wie: Welches sind die Bedingungen des Erfolgs und des Scheiterns von Transformationsprozessen? Welche politischen Instrumente entfalten die gewünschte Wirkung? Welche individuellen und sozialen Konstellationen sind förderlich oder hemmend? Welche Pfadabhängigkeiten bestehen? Gibt es gute zeitliche „Gelegenheitsfenster“? Welche Rolle spielen partizipative Prozesse in der Ausgestaltung und Umsetzung? Welche sozialen Routinen und kulturellen Muster sind auf den Mainstream übertragbar und „skalierbar“, welche nicht? Welche Elemente „guter Beispiele“ kann man in andere kulturelle und politische Settings übertragen?
- die **Zielvorstellungen, Motive und Verhaltenstendenzen** der handelnden Akteure, und damit Fragen wie: Was bedeutet Wohlstand und das „Gute Leben“ für die Menschen? Welche Rolle spielen dabei temporale Elemente wie Zeitwohlstand? Wie sehen die Zukunftsvisionen der Menschen aus, wie wollen sie in Zukunft leben? Welches sind die motivationalen Treiber der „Pioniere des Wandels“? Welche Anreize und externen Stimuli fördern nachhaltigere Lebensstile? Unterminieren finanzielle Anreize die intrinsische Motivation? Mit welchen Verhaltenstendenzen der Menschen muss bei Transformationsprozessen gerechnet werden? Welchen Einfluss auf das Verhalten haben strukturelle Rahmenbedingungen?

Das Projekt „Transformationsstrategien und Models of Change für nachhaltigen gesellschaftlichen Wandel“ betrachtet grundsätzlich beide Fragen: das Wie und das Wohin der Transformation. Der Schwerpunkt liegt jedoch auf ersterer, der Frage der **Gestaltung der Transformation**:

- Was wissen wir über die Impulse und Auslöser für gesellschaftliche Transformationsprozesse? Was wissen wir über deren Dauer, Phasenverlauf und Geschwindigkeiten?

- Welche Transformationsstrategien sind für die Umwelt- und Nachhaltigkeitspolitik von Bedeutung? Welche Stärken und Schwächen haben bereits erprobte Nachhaltigkeitsstrategien?
- Kann man gesellschaftliche Veränderungsprozesse steuern, kann man sie beschleunigen und wenn ja wodurch? Welche Rolle spielen Timing, Gelegenheitsfenster und Kippunkte?
- Welche Akteure treiben gesellschaftlich-kulturelle Veränderungen voran, welche Randbedingungen behindern sie? Welche Rolle spielen zeitliche und materielle Ressourcen für diese Akteure?
- Welche kulturellen und sozialen Faktoren begünstigen eine erfolgreiche Transformation, welche behindern sie? Welche Rolle spielen Elemente der Zeit sowohl als Rahmenbedingung von Entwicklungen als auch als aktives Gestaltungselement?

Eingebettet in diese übergeordneten Fragestellungen vertieft das Arbeitspaket 4.2 speziell die Rolle **temporaler Elemente** für eine **Kultur der Zukunftsfähigkeit**, insbesondere der Rolle von Zeit bei **Veränderungsprozessen** in Richtung nachhaltigere Produktions- und Konsummuster. Aus der speziellen Perspektive der Zeit und Zeitpolitik werden zum einen die **Inhalte** (d.h. das Weshalb, Was und Wohin), zum anderen die **Prozesse** (d.h. das Wie) der Transformation zu einer nachhaltigeren Gesellschaft betrachtet.

1.2 Überblick: Fragestellungen und Ansatz des Arbeitspapiers

Wie ausführlich in AP 1 gezeigt wird, hat die Transformationsliteratur zentrale **zeitliche Elemente von Transformationsprozessen** durchaus im Fokus, wenngleich diese überwiegend auf prozessuale Kernelemente bezogen sind. Als besonders relevant für die Erklärung, Modellierung und Vorhersage von gesellschaftlichen Veränderungsprozessen sowie für ihre Beeinflussung und Gestaltung gelten (u.a. Kristof 2010, S. 526 ff.):

- die **Auslöser** von Veränderungen;
- der Ablauf der **Phasen** der Diffusion von Innovationen;
- die unterschiedliche **Dauer** von Veränderungsprozessen, die auf unterschiedlichen Ebenen verlaufen und durch unterschiedliche Akteure vorangebracht werden;
- die jeweils angemessene Akteurs- und Governancelevel-spezifische **Geschwindigkeit** der Veränderung;
- das **Timing**, d.h. der „richtige“ Zeitpunkt und Gelegenheitsfenster für erfolgversprechende Anstöße für Veränderungen sowie
- die **Dauerhaftigkeit** der Veränderungsprozesse.

Das vorliegende Arbeitspapier vertieft und ergänzt die Diskussion dieser und weiterer zeitlicher Elemente im Transformationsprozess durch Konzepte und Befunde aus der Zeit(politik)forschung, der sozialökologischen Nachhaltigkeitsforschung, der Verhaltensökonomik, der Konsumforschung, der Forschung zu Wohlstand, Wohlfahrt und „Gutem Leben“ und mehr.

Aus analytischen Gründen werden dabei zwei Ebenen unterschieden: Zum einen die **prozessuale** Komponente von Transformation, d.h. das „Wie“ der Veränderung: Wie sehen Transformationsprozesse aus, wie kann man sie erklären und wie kann man Veränderungsprozesse optimal gestalten? Zum anderen die **materielle Zielebene**, d.h. das „Was? und „Wohin?“: Welche

Bedeutung hat Zeit für nachhaltige Lebensstile? Welche Bedeutung spielen neue Wohlstandsmodelle, die dem so genannten „Zeitwohlstand“ eine hohe Bedeutung zumessen? Und wie wirkt sich das auf die Motivation aus? Dabei sind die beiden Ebenen eng miteinander verzahnt und bedingen sich gegenseitig.

Die wissenschaftstheoretische Herangehensweise ist eine doppelte: Sie ist

- sowohl **deskriptiv** aus Perspektive der **Transformationsforschung**: Wie verlaufen die Prozesse und welche systemischen Einflussfaktoren gibt es? Was sind Treiber und Hemmnisse?
- als auch **normativ** im Rahmen der **transformativen Forschung**: Wie müssten zeitbewusste nachhaltige Lebensstile aussehen? Welche Strategien für erfolgreiche Diffusion gewünschter Verhaltensmuster und technischer Innovationen gibt es? Wie können Pfadabhängigkeiten überwunden werden?

Nicht immer lassen sich jedoch diese beiden Idealtypen voneinander trennen¹, und auch im Arbeitspapier wird es daher entsprechende Überlappungen geben.

Von der Aufgabe geleitet, neben einer Literaturlauswertung auch handlungsrelevantes Wissen abzubilden, ist der vorliegende Bericht wie folgt gegliedert: Im folgenden Kapitel 2 „**Transformation in der Zeit**“ wird Zeit als Rahmenbedingung von Transformation behandelt. In Kapitel 3, „**Transformation von Zeitregimes**“, wird Zeit als Gestaltungsvariable betrachtet, deren Elemente gezielt im Rahmen einer innovativen Zeitpolitik der Transformation eingesetzt werden können. Dabei handelt es sich um eine konzeptionelle, nicht trennscharfe Zweiteilung, die es erlaubt, zeitpolitische Handlungsoptionen und deren Grenzen sichtbar zu machen; die damit verbundene Unschärfe wird dafür hingenommen. Kapitel 4 untersucht Optionen einer **Zeitpolitik für Transformation**, ihre Debatten, Strategien, Akteure und Instrumente. Gezeigt werden Ansätze zeitpolitischer Initiativen auf gesamtgesellschaftlicher Ebene, auf lokaler Ebene sowie auf individueller Ebene. Kapitel 5 stellt komprimiert Folgerungen aus der Analyse zusammen und skizziert einige **Empfehlungen** für Elemente einer Zeitpolitik für Transformation. Dieses abschließende Kapitel ist nun keineswegs „abschließend“ zu sehen, sondern vielmehr als Einladung zu und Ausgangspunkt für eine systematische zeitpolitisch akzentuierte Politik der Transformation zu Nachhaltigkeit. Das Papier schließt mit einem Annex, der eine Reihe **zeitpolitischer Initiativen** und Realexperimente kurz porträtiert.

¹ Diese konzeptionelle Unterscheidung, wie sie beispielsweise auch der WBGU (2011) vorschlägt, ist hilfreich für die Beschreibung, Analyse und Kommunikation eines komplexen und bislang wenig definierten Forschungsfelds. Dabei ist wissenschaftstheoretisch jedoch unbestritten, dass die Übergänge zwischen Transformations- und transformativer Forschung fließend sind, dass Wissen aus der Transformationsforschung auch für die transformative Forschung genutzt werden sollte und dass deskriptive Forschungsansätze allein durch die Auswahl des Forschungsgegenstandes bereits normative Elemente aufweisen.

2 Transformation in der Zeit: Zeit als Rahmenbedingung

Gesellschaftliche Veränderungsprozesse haben ihre eigenen Dynamiken und sind nur begrenzt beeinflussbar. Da sie auch soziale Lernprozesse sind, sind sie von den akteursspezifischen Eigenzeiten und Geschwindigkeiten abhängig. Häufig sind die Phasen der Veränderung nur *ex post* erkennbar und interpretierbar. Veränderungsprozesse sind zudem komplex, nämlich interdependent, überlagernd und nicht-linear. Die Dynamik der Phasen und Veränderungen ist zudem auf unterschiedlichen Ebenen – Individuen, Gruppen, Institutionen, Gesellschaften und weiterer Subgruppen – sehr unterschiedlich. Dies kann zu Friktionen und Spannungen, aber ebenso zu fruchtbaren Impulsen führen. Bedürfnisse sind nach Soper (2006) eine zeitgebundene Größe und stets im historischen Kontext einzuordnen. Sich ändernde Bedürfnisse können individuelle und institutionelle Veränderungen anstoßen. Letztere sind immer in größere gesellschaftliche und historische Transformationsprozesse und deren soziale und kulturelle Realitäten eingebettet; sie geben aber auch ihrerseits wichtige Anstöße für den gesellschaftlichen Wandel auf Makroebene.

In der Auseinandersetzung mit Transformations- und Phasenmodellen wurden in der Literatur eine Reihe **zeitlicher Elemente von Veränderungsprozessen** identifiziert, die auf gesellschaftlicher Ebene wenig verhandelbar und beeinflussbar sind, für die Erklärung und Prognose – und damit letztlich auch für die Gestaltung von Veränderungsprozessen – jedoch relevant sind. Wie oben skizziert, sind dies insbesondere: Auslöser, Dauer, Geschwindigkeit von Entwicklungsphasen sowie das „Timing“ von Impulsen, bzw. für Veränderungen günstige Gelegenheitsfenster sowie Dauerhaftigkeit. In der neueren politikwissenschaftlichen Forschung zu Bedingungen der erfolgreichen Übertragung von Politiken (*Policy transfer, Policy learning*) wird daher zurecht auf die Bedeutung dieser zeitlichen Elemente hingewiesen (Dussauge-Laguna 2012): Will man politische Innovationen von einem Land auf ein anderes erfolgreich übertragen, dann seien Aspekte wie Timing und Wahlzyklen, Diffusionsprozesse von Innovationen, Zeitbedarfe von politischen Institutionen, „Zeitgeist“ und kulturelle Zeit sowie Ausstrahlung der Vergangenheit auf die Gegenwart (Pfadabhängigkeiten) mitentscheidend. Dies werde bis heute jedoch zu wenig realisiert und sei zu wenig erforscht.

Bei gesellschaftlichen Transformationsprozessen, wie sie jüngst der Wissenschaftliche Beirat der Bundesregierung Globale Umweltveränderungen (WBGU 2011) forderte, wird in den meisten Studien von einer **Dauer** von einigen Jahrzehnten ausgegangen. Abgegrenzt davon werden Transformations- und Zivilisationsübergänge, die über Jahrhunderte gehen sowie die Transition politischer Regime, die innerhalb weniger Jahre möglich ist (z.B. Reißig 2009). Der WBGU (2011) betont, dass die Nachhaltigkeitstransformation als Transformationsprozess „mittlerer Reichweite“ krisenbedingt unter einem hohen Handlungsdruck stehe und einer hohen Geschwindigkeit bedürfe. So sei beispielsweise das 2°-Ziel nur einzuhalten, wenn sehr schnell grundlegende steuernde Eingriffe erfolgen würden.

Mit den geeigneten **Geschwindigkeiten** steuerbarer Veränderungsprozesse beschäftigt sich Kristof (2010, S. 528 f.). Die optimale Geschwindigkeit hänge stark vom Veränderungsziel und den Zeitvorstellungen der Akteure ab: Zu schnelle Veränderung überfordere die Anpassungsfähigkeit der meisten Beteiligten, zu lange Prozesse könnten die Akteure ermüden und der Dynamik schaden. Ideal sei daher eine „zügige, aber nicht überstürzte Umsetzung“ (ebenda). Schnelligkeit (bzw. Beschleunigung) und Langsamkeit (bzw. Entschleunigung) von Prozessen sind nicht *per se* wünschenswert oder überlegen; vielmehr haben beide ihre Berechtigung. Eine große Herausforderung einer wirksamen – immer langfristig angelegten – Nachhaltigkeitspolitik liegt darin, für den jeweiligen Problemdruck angemessene Geschwindigkeiten zu finden, mit den „paradoxen Zeithorizonten“ der Politik umzugehen (Weichert 2011, S. 40, mit

Bezug auf Hartmut Rosa) und zu versuchen, eine bedarfs- und problemgerechte „**Be- und Entschleunigungspolitik**“ umzusetzen.

Dabei gibt es durchaus unterschiedliche Vorstellungen darüber, wie eine solche Politik gelingen könne, auf welchen Ebenen diese ansetzen sollte und wie die „richtigen Geschwindigkeiten des Lebens“ (Jalas 2012) zu bestimmen seien. Unabdingbar wird es sein, die unterschiedliche Zeitlichkeit verschiedener Prozesse sowie die unterschiedlichen Zeitlogiken der Akteure abzubilden. Dies gelinge am ehesten, so Jalas (2012), mit einem partizipativen Politikansatz; denn wer könne über die „richtigen Geschwindigkeiten“ besser befinden als die „Experten des Alltags“ selbst? Christine von Weizsäcker (1998) fordert das Einhalten einer „(un)kritischen Innovationsgeschwindigkeit“ für technologische und gesellschaftliche Neuerungen und sieht dabei den Handlungsbedarf vorwiegend auf Gesellschaftsebene. Ihr geht es hierbei um die Balance zwischen rückwärtsgewandter Verhaltensstarre und reflexionsfreiem Vorpreschen und damit der richtigen Geschwindigkeit für Innovationsprozesse. Um Fehlentwicklungen zu vermeiden und gegensteuern zu können, müssten diese Prozesse genügend Zeit für die Beobachtung von Wirkungen sowie für mögliches Gegensteuern lassen.

Wie in AP 1 (3.1.6; 7.2.6) gezeigt, sind in der historischen, ökonomischen und soziologischen Transformations- und Innovationsliteratur **Phasenmodelle** verbreitet, die den zeitlichen Verlauf von Veränderungs- und Innovationsdiffusions-Prozessen darstellen. Das Transition Management unterscheidet vier idealtypische Phasen im Wandel sozio-technischer Systeme: eine experimentelle Vorentwicklungsphase, eine Take-off-Phase mit ersten Veränderungen, eine Durchbruchphase mit strukturellem Wandel sowie eine Stabilisierungsphase, in der ein neues dynamisches Gleichgewicht entsteht.

Parallel zu Veränderungsprozessen auf Systemebene wurden solche Phasen- und Entwicklungsmodelle in der Konsumforschung und dem Social Marketing auch auf individueller Ebene entwickelt. So modelliert der „**Stages of Change**“ **Ansatz** (Prochaska/DiClemente 1983; DiClemente/Prochaska 1998), auch Transtheoretisches Modell (TTM) genannt, die schrittweise Veränderung und Stabilisierung von gewünschten (nachhaltigeren, gesünderen) Verhaltensweisen bei Individuen und Gruppen. Der Veränderungsprozess verläuft danach in mehreren Stufen, von Vorüberlegung und Überlegung über Handlung und Beibehalten bis zur Stabilisierung des neuen Verhaltens. Jede der fünf Phasen bietet unterschiedliche Möglichkeiten der Einflussnahme, Förderung und Steuerung, weshalb im Social Marketing statt nach soziodemographischen Kriterien wie Alter und Bildung zunehmend nach „Stufen der Veränderung“ der Person segmentiert wird.

Phasenmodelle werden schließlich in der betriebswirtschaftlichen Literatur und in den Politikwissenschaften explizit als Planungs-, Steuerungs- und Evaluationskonzepte eingesetzt, insbesondere im Rahmen des betriebswirtschaftlichen Projektmanagements oder der politikwissenschaftlichen „Policy Cycles“-Analyse des Politikwandels (z.B. Dunn 2004, S. 44 f.). Klassische Phasen sind hier: Problemanalyse, Lösungskonzipierung, Mobilisierung und Implementation, Kontrolle und Nachsteuerung sowie Evaluation. In einer Gesamtschau beurteilt Kristof (2010, S. 526 f.) solche und ähnliche Phasenmodelle in Bezug auf ihre Passung für komplexe Transformationsfragen eher kritisch: Sie seien für die Anwendung in der Transformationsforschung und -praxis systematisch unterkomplex, hätten keinen eigenen Erklärungswert und verblieben auf der Ebene nützlicher Strukturierungs- und Planungshilfen für Agenten des Wandels unterschiedlichster Systeme. Zu wenig werde beachtet, dass sich die Phasen überlagerten, voneinander abhängig seien und nicht-lineare Prozesse dominierten.

Alle Phasenmodelle – sowohl auf System- als auch auf individueller Ebene – betonen die besondere Bedeutung von günstigen **zeitlichen Gelegenheitsfenstern** („Windows of Opportunity“²) für das Initiieren oder Verstärken von gewünschten Veränderungsprozessen, d.h. die Bedeutung guten **Timings** von Interventionen (z.B. Keeler 1993; Kingdon 1995; Zundel/Sartorius 2004; Schäfer et al. 2012). Den „Kairos“ – eine seltene, günstige Gelegenheit – gelte es zu nutzen, auch wenn dies vielleicht nicht Teil einer langfristigen Planung war. Die überraschend schnelle Durchsetzung der „Energiewende“ ist sicherlich zum Teil darauf zurückzuführen, dass nach „3/11“ die Zustimmung der Bevölkerung in Deutschland für einen raschen und vollständigen Atomausstieg auf Höchstniveau war. Zum anderen war es jedoch maßgeblich, dass dieser Schritt seit Jahren inhaltlich, technisch und strukturell gut vorbereitet worden war und es auch realpolitisch eine echte Alternative zum „weiter so“ gab. Werden solche guten Gelegenheiten jedoch „verpasst“ („*lost opportunities*“), dann kann sich dies unter Umständen – etwa im Gebäudebereich – auf Jahrzehnte auswirken. Entsprechend weist Kristof (2010) darauf hin, wie wichtig es für das Nutzen von Gelegenheitsfenstern sei, dass „Blaupausen“ schon in der Schublade lägen, wenn solche kritischen Ereignisse einträten. Ähnlich sieht das **Transition Management** (z.B. Rotmans et al. 2001), das insbesondere in den Niederlanden entwickelt und eingesetzt wurde, dann eine besonders günstige Gelegenheit für die Verbreitung von Nischeninnovationen, wenn ein bestehendes sozio-technisches Regime durch gesellschaftliche Entwicklungen unter Druck gerate.

Ein Teil der jüngeren Literatur zur Nachhaltigkeitstransformation sieht die jüngste globale Wirtschafts- und Finanzkrise als ein solches gesellschaftliches Gelegenheitsfenster, das für eine „große Debatte“ über unser Verständnis von Wachstum und Wohlstand zu nutzen sei (stellvertretend: Seidl/Zahrnt 2013). Dabei sind die **Dringlichkeit** und der **Handlungsdruck** von Entscheidungen und Weichenstellungen jeweils unterschiedlich, je nachdem, ob es sich um höchst unwahrscheinliche Ereignisse („Schwarze Schwan-Ereignisse“; Taleb 2008) wie die Havarie in Fukushima handelt oder eine langsam aufkeimende Krise, deren Allmählichkeitsschäden sich schleichend entwickeln und einen **Kipppunkt** erreichen (Gladwell 2000), die jedoch bei einer aufmerksamen Beobachtung und entsprechenden politischen Strukturen und Handlungswillen hätte rechtzeitig erkannt werden können.³

Darüber hinaus gibt es eine Reihe weiterer Zeitelemente, die als Rahmenbedingungen für Transformationsprozesse von Bedeutung sind, zu denen jedoch – zumindest unter zeitpolitischer Perspektive – noch recht wenig fundiertes Wissen vorliegen. Dazu gehören:

- gesellschaftliche und technologische **Pfadabhängigkeiten** und **Lock-ins** von Entwicklungen, die Wandel erschweren und langfristiges Planen notwendig machen (Sanne 2002)⁴;
- die unterschiedlichen **Zeitregimes** (Zeitlogiken, Systemzeiten) der verschiedenen Funktionsräume (Wirtschaft, Politik, Familie, Umwelt, Gesellschaft) und deren Bewertung; so wird von politisch Aktiven (d.h. Berufspolitikern, aber auch NGO-Vertretern) die Entscheidungsfindung in der Politik oft als „zu schnell“ (i.S.v. überhastet, rein situativ) und die Zivilgesellschaft als „zu langsam“ (i.S.v. durch lange Debatten und komplexe Strukturen schwerfällig) wahrgenommen (Haderlapp/Trattning 2013, S. 342);

² Siehe hierzu ausführlich MoC AP 1 (Heyen 2013).

³ Zu dem systematischen (Gestaltungs-)Problem, dass Kipppunkte erst nach einer Veränderungssituation erkennbar sind und den sozialwissenschaftlich bislang unzureichenden Erklärungsmodellen siehe ausführlich MoC AP 3 (David/Brohmman).

⁴ Die Thematik der Pfadabhängigkeit und damit verbundene Probleme werden ausführlich in MoC AP 2 (Bauknecht) diskutiert.

- die Wirkung von vergleichsweise **enger Taktung** von staatlicher Politik durch kurze Legislaturperioden, die dem notwendigen „Denken in Ewigkeiten“ (Grober 2013a) und in Generationen diametral entgegensteht;
- und damit auch das systematische Einbeziehen von unterschiedlichen **Fristigkeiten** von Wirkungen von Ereignissen (kurz-, mittel-, lang- bis sehr langfristig), da diese auch zeitlich segmentierte Verantwortung bedeutet; Prozesse, die erst langfristig virulent werden, passen nicht in das Schema von Legislaturperioden (Klauer et al. 2013).

Klauer und Kollegen (2013, S. 22) fassen ihre Analyse von Fallbeispielen „zeitvergessener Politik“ anschaulich zusammen: „Nachhaltigkeitspolitik scheitert unseres Erachtens nicht selten daran, dass sowohl die Akteure als auch ihre wissenschaftlichen Berater entweder die Zeit der Dinge und Strukturen, die Gegenstand der Politik sind, nicht genügend verstanden haben ... oder dass sie die Zeit zum Handeln nicht wahrnehmen, den rechten Augenblick zu Handeln verpassen oder voreilig agieren“. Als Heuristik für eine Politik der Nachhaltigkeit schlagen Klauer und Kollegen das Konzept der „Beständigkeit“ und der „Bestände“ vor; letztere sind in ihrem Verständnis „vorhandene Dinge, Verhältnisse und Strukturen, die über längere Zeit fort-dauern“ (ebenda, S. 27). Im Bestandsbegriff selbst artikuliere sich ein eigener „Sinn für Zeit“ (ebenda, S. 177), dessen Berücksichtigung unabdingbar für eine wirksame Nachhaltigkeitspolitik sei.

Einen guten Einblick in die Sachzwänge zeitlicher Faktoren aus Sicht der politisch Aktiven liefert eine österreichische Interviewstudie (Haderlapp/Trattnigg 2013). Die Autoren befragten 33 Personen aus der Sphäre der Politik ausführlich zu Gelegenheitsfaktoren und Hemmnissen einer Entwicklung hin zu einer „Kultur der Nachhaltigkeit“. Essentieller Bestandteil einer solchen Kultur, so ein Kernergebnis, sei die Überwindung der Zukunftsvergessenheit der Politik und eine Orientierung demokratischer Entscheidungsprozesse am Blickpunkt der Langfristigkeit (ebenda, S. 40).

3 Transformation von Zeitregimes: Zeit als Gestaltungsvariable

Neue Politikfelder entstehen im allgemeinen dann, wenn Bedingungen oder Zustände, die lange Zeit als selbstverständlich galten, sich verändern und dadurch Probleme erst entstehen oder aber auf gesellschaftlich-politischer Ebene als relevant wahrgenommen werden (Eberling/Henckel 2000a). Die zeitliche Gestaltung der Gesellschaft galt lange Zeit – jenseits von Arbeitszeitkonflikten – als unproblematisch und damit als nicht politikfähig. Dies beginnt sich jedoch in den letzten Jahrzehnten schrittweise und punktuell zu ändern. Vor allem in den nordischen Ländern (temporaler Wohlfahrtsstaat, vgl. 4.1) und in Italien („Tempi della città“, vgl. Annex) löste bereits in den 1980er Jahren die veränderte Rolle der Frau in der Familie, dem Arbeitsmarkt und in der Politik die Suche nach der „temporalen Vereinbarkeit“ dieser Rollen erste zeitpolitische Diskussionen aus. Später kam das Bewusstsein der Kosten der enormen technologiegetriebenen Beschleunigung des Lebens hinzu, die die europäische Zeitkultur grundlegend veränderte (Adam et al. 1998; Geißler 2012). Der konsumsoziologischen Beschleunigungstheorie folgend, führte die Beschleunigung der Arbeitsprozesse auch zu einer Beschleunigung des Konsums, der Freizeit sowie der öffentlichen Zeit (Rosa 2005; Rosa/Lorenz 2009). Als weitere Mega-Trends dieser Kultur werden benannt: Verdichtung und Gleichzeitigkeit, Verstetigung, Deregulierung, Desynchronisierung und Individualisierung, Zeitmanagement, Fatalismus und Ökonomisierung der Zeit (Garhammer 1999, S. 463 ff.; Hellmann 2009). Auch Multioptionalität, Ubiquität und Omnitemporalität der Konsumangebote führten zu neuen Zeitkonflikten (König 1998). Um die Gestaltbarkeit von expliziten oder impliziten Zeitkonzepten sei ein gesellschaftlicher Kampf entbrannt (vgl. den Originaltitel „Time Wars“, Rifkin 1988), die Zeit sei zum „Grundkonflikt“ des Menschen geworden. „Die Auflösung tradiertener Zeitmuster und gesellschaftlicher Rhythmen löst eine Reflexion des individuellen und gesellschaftlichen Umgangs mit der Zeit aus, Zeit wird in diesem Prozess als reflexiv und wird als Gestaltungsfeld begriffen“ (Eberling/Henckel 2000a, S. 379).

Die Frage, inwieweit Zeitelemente nicht nur Rahmenbedingungen, sondern auch Gestaltungsvariablen im Rahmen einer aktiven Zeitpolitik sein können, wird im Rahmen der **Zeitpolitik der Transformation** gestellt. Hier wird nach der praktischen Gestaltung von gesellschaftlichen Veränderungsprozessen hin zu einer nachhaltigeren Gesellschaft durch Zeitpolitik gefragt. Die vorliegende Arbeit versteht „Zeitpolitik“ in Anlehnung an die Diskussionen in der Deutschen Gesellschaft für Zeitpolitik (DGfZP), die insbesondere im „Zeitpolitischen Glossar“ ihren Niederschlag gefunden haben:

Definition „Zeitpolitik“

Von "Zeitpolitik" im engeren Sinne sprechen wir dann, wenn bewusst – öffentlich und partizipativ – Einfluss genommen wird auf die zeitlichen Bedingungen und/oder Wirkungen der politischen, wirtschaftlichen und insbesondere lebensweltlichen Bedingungen der menschlichen Existenz. Vor allem das partizipative Element unterscheidet moderne demokratische Zeitpolitik von traditionellen Veränderungen der gesellschaftlichen Zeitordnung (etwa die Durchsetzung der Normalzeit, die Veränderung der Arbeitszeiten, der Schulzeiten usw.). Zeitpolitik im moderneren Sinne geht davon aus, dass der demokratische Selbstregulierungsanspruch auch die zeitlichen Elemente des menschlichen Zusammenlebens und der Verhältnisse zwischen Menschen und Natur zu erfassen hat.

Quelle: Mückenberger 2004a, S. 25

Dabei ist im noch jungen Forschungsfeld Zeitpolitik die Definition des zentralen Erkenntnisgegenstands erwartungsgemäß im Fluss. Manche Zeitpolitikforscher sehen den oben besonders betonten Aspekt der Bürger-Partizipation als nur eines von vielen demokratischen Elementen, mit der man Zeitpolitik betreiben kann. Demokratische Zeitpolitik schließe auch – gleichrangig – die **Zeitpolitik demokratisch legitimierter Institutionen** wie Gewerkschaften, Verbänden, Gesetzgebern etc. ein (z.B. Weichert 2011). Die größere Legitimität der kleinen Einheiten „vor Ort“ sei letztlich ein Mythos.⁵

In Anlehnung an die politikwissenschaftliche Literatur (Riescher 1994; Reheis 1998, S. 214 ff.) kann weiterhin unterschieden werden zwischen

- „**policy**“, d.h. die **inhaltliche Dimension** von Politik: Welche Ziele, Strategien und Aktionspläne gibt es um den identifizierten Problemen zu begegnen? Mit welchen Programmen und Instrumenten sollen die Ziele operativ erreicht werden?
- „**politics**“, d.h. die **Prozessdimension** von Politik: Wie wird Politik gemacht? Wie sehen die Verfahren und Prozesse aus?

Beides, Inhalte und Verfahren, sind zudem immer vor dem gesellschaftlich-kulturellen Hintergrund zeitstabiler gesellschaftlicher Institutionen zu sehen: Organisationen, Konventionen, der verfassungsrechtliche Rahmen, aber auch Normen und Werte welche die „geronnenen Institutionen“ normativ begründen. Diese so genannte „**polity**“, d.h. die Form und Struktur des Politischen, ist der Gestaltung ebenso zugänglich, allerdings in ungleich langfristigeren und langsameren Veränderungsschritten. Im vorliegenden Arbeitspapier wird diese dritte Dimension nur angerissen, etwa im Zusammenhang mit demokratiefördernden Zeitarrangements oder der Forderung nach temporaler Gerechtigkeit. Der Schwerpunkt wird auf den beiden anderen, eher kurz- bis mittelfristig gestaltbaren Dimensionen liegen.⁶

3.1 Die Inhaltsdimension der Zeitpolitik (*time policy*)

Politik ist die verbindliche Festlegung und Durchsetzung des Gemeinwohls. „Zeit“ und „Politik“ in einer Zeitpolitik zu verbinden, unterstellt, dass es gesellschaftlichen Gestaltungsbedarf der zeitlichen Dimension gibt. Zeitpolitik als „policy“ fokussiert auf die Aufgaben und Ziele, welche die Beteiligten im Politikprozess umsetzen wollen. Dabei müssen zunächst die meist komplexen **Problemlagen** bekannt und möglichst empirisch unterlegt sein. Diese werden je nach Land und Kulturkreis und damit „Zeitkulturen“, unterschiedlich sein, aber auch gemeinsame Elemente aufweisen (Garhammer 1999). Darauf aufbauend werden **Ziele und Aufgaben** definiert und nach adäquaten und effektiven Lösungen (Strategien und Instrumente) gesucht. Da die Problemlagen in der Gesellschaft ganz unterschiedlich und Ressourcen ungleich verteilt sind und zudem unterschiedliche Wert- und Zielvorstellungen und damit Präferenzen bei den einzelnen Akteuren bestehen, sind die Inhalte von Zeitpolitik stets auch von Interessen- und Zielkonflikten geprägt. Dies bedeutet, dass sie in demokratischen Prozessen verhandelt werden müssen (vgl. aktuelle Diskussion: Mückenberger 2013b, c; Reheis 2013).

Auf Ebene der Vereinten Nationen sowie der OECD wird schon länger das Thema „Well-being“ und „Glück“ thematisiert und dabei explizit auf Zeitverwendung und Zeitverteilung rekurriert. Insbesondere der **World Happiness Report** (Helliwell et al. 2013), der seit 2012 erstellt wird, hat diese Fragen als weltweites Politikthema etabliert. Auch in Ländern wie Frankreich oder den USA wird intensiv über den „subjektiven Wohlstand der Nationen“ geforscht (u.a.: Krueger

⁵ Hinweis von Jürgen Rinderspacher (März 2014).

⁶ Mehr zur „Polity“ und zum Thema Zeit und Partizipation in AP 4.1 (Leggewie).

et al. 2009). Das kleine Himalaya Land Bhutan hat sogar einen mittlerweile berühmten „Nationalen Glücksindex“ erstellt.⁷ Bemerkenswert ist hierbei, dass dieser nicht nur als ein zusätzlicher Index verstanden wird, sondern sein Konzept zumindest in Bhutan als Grundlage des weiteren gesellschaftlichen Aufbaus dient, sogar über die Demokratie als Leitbild hinausweisend. Zentral sind die folgenden neun Kategorien: Lebensstandard, Gesundheit, psychisches Wohlbefinden, Bildung/Ausbildung, Ökologie, Intensität des gemeinschaftlichen Lebens, Zeitznutzung, Kultur sowie gute Regierungsweise“ (Diefenbacher/Zieschank 2009).

In der deutschen Politik hat jüngst ein systematischer **Dialog über „Das gute Leben“** eingesetzt. Eingeleitet durch die Enquete-Kommission des Deutschen Bundestags „Wachstum, Wohlstand, Lebensqualität – Wege zu nachhaltigem Wirtschaften und gesellschaftlichem Fortschritt in der Sozialen Marktwirtschaft“, begleitet von einem „Zukunftsdialog“ des Kanzleramts zum guten Leben in Deutschland und aufgegriffen im aktuellen Koalitionsvertrag der Großen Koalition ist das Thema Wohlstand, Gutes Leben und Zufriedenheit jenseits des Wirtschaftswachstums politikfähig geworden.

Neben Gewerkschaften, Stiftungen und politiknahen Akteuren wenden sich jetzt auch Kommunen und Länder dem „großen Gespräch“ zu: Wie wollen wir in Zukunft leben und arbeiten? Wie sieht der Wohlstand aus, den wir uns erhoffen, heute und in 20 oder 50 Jahren? Wie sichern wir, dass auch Generationen nach uns die zehn „Grundfähigkeiten menschlichen Lebens“ (Nussbaum 1999, 2011) haben werden, die als Voraussetzung für ein „gutes Leben“ gesehen werden? Wie auch der Zukunftsdialog der Bundesregierung gezeigt hat, sind hier Zeitfragen – wie die Vereinbarkeit und Wertschätzung von Familien-, Caring- und Arbeitszeit – von höchstem Interesse. Die Enquete-Kommission (2013, S. 147) schlägt vor, ökonomische Verteilungsspielräume „für eine Steigerung des Zeitwohlstands durch Arbeitszeitverkürzung zu nutzen („kürzere Vollzeit für alle“). Aus ökologischer Sicht wäre dies zweifellos der Königsweg: Die höhere Produktivität würde nicht für ein höheres BIP, sondern für größeren Wohlstand durch mehr Freizeit genutzt.“⁸

Dass dieser Dialog über Problemlagen und Zukunftsvisionen nicht im Wünschen stecken bleiben muss, sondern konkret über Handlungsoptionen nachgedacht werden kann, ist nicht zuletzt einer vergleichsweise guten empirischen Datenlage zu verdanken, und zwar sowohl in quantitativer als auch in qualitativer Hinsicht. So verfolgt das Statistische Bundesamt (2003, 2004) seit 1991/92 bundesweit die **Zeitverwendung** der Bundesbürger in einer detaillierten **Zeitbudgeterhebung**.⁹ Die Datenerhebung findet in erster Linie durch Befragungen und Zeittagebücher statt. Aktuell wird eine neue Erhebungswelle ausgewertet, deren Ergebnisse für Ende 2014 erwartet werden. Diese Zeitverwendungsdaten sind ein wertvoller Fundus für Fragen wie: Wieviel Zeit wird für formelle und informelle Arbeit („nicht-marktbezogene Arbeit“) eingesetzt, von welchen Personengruppen für welche Tätigkeiten? Wie entwickeln sich die Zeitverwendungen empirisch, welche Rolle haben technische Innovationen und Wertewandel? Wie ist die Verfügung über „freie Zeit“ bei unterschiedlichen Personengruppen verteilt? Ebenso wertvolle Daten liefert das **Sozioökonomische Panel (SOEP)**¹⁰ des Deutschen Instituts für Wirtschaftsforschung (DIW), das regelmäßig Fragen zur Zeitverwendung erhebt und dessen Daten-

⁷ http://www.nachhaltigkeit.info/artikel/bruttoinlandsglueck_in_buthan_1869.htm

⁸ Ob diese Aussage auch empirisch trägt, ist allerdings fraglich. Die Ergebnisse der 4-Tage-Woche bei VW weisen eher in die Richtung eines erhöhten Umweltverbrauchs (siehe 2.1.1).

⁹ <http://www.statistik.rlp.de/fileadmin/dokumente/monatshefte/2001/05-2001-130.pdf>. Auf europäischer Ebene existiert eine ähnliche Datenbasis (Eurostat 2004).

¹⁰ Das SOEP (international: GSOEP) ist eine repräsentative Wiederholungsbefragung privater Haushalte in Deutschland, die im jährlichen Rhythmus seit 1984 bei denselben Personen und Familien in der Bundesrepublik durchgeführt wird (<http://www.diw.de/deutsch/soep/26628.html>).

fundus weltweit genutzt wird (z.B. Eriksson et al. 2007). Zudem findet in Deutschland seit den 1990er Jahren eine intensive akademische Debatte über Zeitpolitik statt. Neben der quantitativen Zeit(budget)forschung (*time use research*) liefert auch die **qualitative** – vor allem: soziologische und kulturwissenschaftliche – **Zeitforschung** wichtige Studien zu zeitlichen Problemlagen (z.B. Southerton 2003) sowie Hinweise auf Faktoren wie Erwartungen und Normen in Bezug auf individuelle und soziale Zeiten oder gesellschaftliche Rhythmen und temporale Muster (Dollase et al. 2000). Im Idealfall werden beide Forschungsansätze zusammengebracht (u.a. Garhammer 1999). Als führende Denkwerkstätten zur Zeitpolitik in Deutschland seien die Zeitakademie der Evangelischen Akademie Tutzing, die Deutsche Gesellschaft für Zeitpolitik (DGfZP) sowie die Forschungsstelle Zeitpolitik an der Universität Hamburg genannt.

Gesellschaftliche zeitpolitische Interessen werden zunehmend auch in der deutschen Politik aufgegriffen, in jüngerer Zeit etwa vom Bundesfamilienministerium in der Familienpolitik (BMFSFJ 2012), in der Pflegepolitik (Freistellung zur Betreuung Pflegebedürftiger) sowie in der Kommunalpolitik und Stadtentwicklung (u.a. Eberling/Henckel 1998, 2000b; Mückenberger 2011). Auf europäischer Ebene wurde vom Europarat der Vorschlag eines verallgemeinerten „Rechts auf eigene Zeit“ aufgegriffen und eine europaweite **lokale und urbane Zeit(planungs)-politik** angeregt (Europarat 2010; Mückenberger 2011). Der sozialpolitischen Ausrichtung des Europarats entsprechend wird diese Initiative in erster Linie mit dem Ziel sozialer Kohäsion und Teilhabe aller Bevölkerungsgruppen begründet.

Nach wie vor gibt es jedoch nur wenige Studien, die sich theoretisch und empirisch mit Ansätzen, Wirkungen und Erfolgsbedingungen praktischer Zeitpolitik beschäftigen (u.a.: Henckel/Thomaier et al. 2013, insbes. Teil III, über „urbane Zeitpolitik“). Vorhandene Studien bewegen sich sowohl auf Ebene des Individuums und seiner unmittelbaren Lebenswelt, teilweise auf der Ebene von Gruppen, Nachbarschaften und Kommunen, weit seltener auf gesellschaftlicher oder weltweiter Ebene. Diese Studien sind dabei nicht der Transformationsforschung im engeren Sinne zuzuordnen; vielmehr stammen sie vor allem aus der Zeitforschung, der Konsumforschung, der Glücksforschung, der „Well-being“-Forschung, der Umweltforschung sowie dem Postmaterialismus- und Postwachstumsdiskurs – wobei diese durchaus mehr oder weniger eng mit dem Transformationsdiskurs verbunden sind. Gerade die jüngst weltweit verstärkte Debatte um neue Wohlstandsmodelle, sinnvolle Lebensqualitätsindikatoren und „Gutes Leben“ hat jedoch einige empirische Studien motiviert, die die Diskussion auf soliden empirischen Boden stellt. Hier zeigt sich, dass Zeit eng mit transformationsrelevanten Themen verbunden ist wie: Güterwohlstand und Umweltverbrauch, Externalisierung von sozialen und ökologischen Folgekosten des Wohlstands, Gleichberechtigung und Teilhabe (auch: der Geschlechter), soziale Kohäsion und vorsorgendes Wirtschaften (Biesecker 1999).

Das folgende Kapitel greift zwei zentrale Diskurse im Nexus von Zeit- und Transformationspolitik auf:

- Zum einen auf die Frage, wie auf Makroebene das **Erwerbsarbeitszeitregime** mit Produktivität, Wohlstand, sozialer Kohäsion und ökologischen Folgekosten zusammenhängt. So verspricht sich die US-amerikanische Soziologin und Nachhaltigkeitsexpertin Juliet Schor (2005, 2013) von einer allgemeinen Reduktion der Erwerbsarbeitszeit eine „dreifache Dividende“ in Form von weniger güterintensiven Lebensstilen und damit weniger Umweltverbrauch, höherer Zufriedenheit und lebendigeren Nachbarschaften.
- Zum anderen wird gezeigt, wie auf Mikro- und Mesoebene das Konzept des **Zeitwohlstands** mit Gesundheit, Zufriedenheit und Kreativität in Verbindung gebracht wird. Besonders deutlich sichtbar sind die negativen Folgen, die ein „zeitarmes“ Leben jenseits

eines zeitlichen Existenzminimums in Form psychischer, sozialer und ökologischer Folgekosten mit sich bringt.

Diese beiden Debatten wurden ausgewählt, weil sie u.E. – chronologisch und inhaltlich – Leitdebatten im Schnittpunkt zwischen Nachhaltigkeits- und Zeitpolitik waren und sind. Beide verbindet die Analyse zeitpolitischer Komponenten von Lebensqualität auf Mikro, Meso- und Makroebene. Aus beiden lassen sich mögliche Leitbilder, Ziele und Aufgaben für eine **Zeitpolitik der Transformation** ableiten. In der Praxis werden die Inhalte einer solchen Politik jedoch durch eine möglichst breite Facette von Akteuren im zivilen Diskurs auszuhandeln sein.

3.1.1 Erwerbsarbeitszeitregime und Umweltverbrauch

Insbesondere seit der Wirtschafts- und Finanzkrise der späten 2000er Jahre steht die politische Debatte um angemessene Erwerbsarbeitszeit wieder auf der Agenda in Europa. Immer wieder wird – vor allem von Arbeitgeberseite – gefordert, die Arbeitszeiten in Deutschland (und ähnlich in anderen europäischen Ländern) dem US-amerikanischen Vorbild nach auszudehnen, flexibler zu machen und bislang geschützte Zeiträume und „Zeitinseln“ (wie Wochenenden, Ferienzeiten, Feiertage) ebenfalls zu (arbeits-)produktiven Zeiten zu machen. Tatsächlich besteht jedoch ein weltweit nachweisbarer Zusammenhang zwischen den durchschnittlich geleisteten Arbeitsstunden einer Volkswirtschaft und deren Arbeitsproduktivität (d.h. Bruttosozialprodukt pro Arbeitsstunde): Je mehr Arbeitsstunden pro Jahr geleistet werden, desto niedriger die durchschnittliche **Arbeitsproduktivität** (Rosnick/Weisbrot 2006; Hayden/Shandra 2009). Eine Ausnahme bildet die USA mit einer Spitzenposition sowohl in Bezug auf Pro-Kopf-Arbeitsproduktivität (ca. 20% höher als Deutschland) als auch auf geleistete Arbeitsstunden (Paqué 2010, S. 28 f.).

Arbeits- und Beschäftigungspolitik ist immer auch Zeitpolitik, und manchmal auch Umweltpolitik. Denn mehr Arbeitsstunden bedeuten bei gleicher Technologie auch mehr Energie- und Umweltverbrauch sowie mehr schädliche Emissionen – ein Zusammenhang, der bei den wirtschaftlich starken Nationen besonders deutlich ist (Hayden/Shandra 2009). So hatten die USA bis Mitte der 2000er Jahre weltweit den höchsten „**ökologischen Fußabdruck**“ pro Kopf, was auch auf die Höhe der verfügbaren Einkommen zurückgeführt wird (ebenda; Kasser/Brown 2003). Eine häufige Forderung wachstumskritischer Stimmen ist daher, zusätzliche Arbeitsproduktivität statt für mehr Einkommen – und damit für Konsum – für mehr (erwerbsarbeits-)freie Zeit einzusetzen (z.B. Hayden/Shandra 2009; Jackson 2009; Schor 2013). Für die USA wurde berechnet, dass eine solche **zeitfavorisierende Reallokation von Produktivitätsgewinnen** zu jährlich sieben Wochen mehr Freizeit führen und insgesamt 20% weniger Energie verbraucht würde (Rosnick/Weisbrot 2006), und zwar bei gleichbleibendem materiellen Wohlstand.¹¹ Gleichzeitig führe Zeitknappheit eher zu umweltintensiven Arbeits- und Lebensstilen, eine Kürzung der Arbeitszeit verspreche daher grundsätzlich „greater ecological efficiency“ (Hayden/Shandra 2009, S. 591).¹²

Die Forderung der Reduktion von Arbeitsstunden zum Zwecke der Umweltschonung wird schon lange von Umweltaktiven vorgebracht. Verfechter neuer Wohlstandsmodelle schlagen

¹¹ Während davon ausgegangen werden kann, dass aufgrund der historisch starken Stellung der Gewerkschaften und kultureller Besonderheiten in Europa bis auf weiteres nicht mit einer deutlichen Ausdehnung der Jahresarbeitszeit (wohl aber der Lebensarbeitszeit!) gerechnet werden sollte, haben die mit der Arbeitszeit transportierten Wohlstandsmodelle großen Einfluss als Vorbilder für sich wirtschaftlich entwickelnde Länder.

¹² Darüber hinaus führen die Trends zu Flexibilisierung, zu prekärer und Mehrfachbeschäftigung, zur Notwendigkeit sich örtlich immer wieder neu zu orientieren – und erzeugen damit Verkehr und Umweltverbrauch (Hinweis von Dietrich Henckel März 2014).

vor, die Jahresarbeitszeit zu verkürzen, sei es durch eine 4-Tage Arbeitswoche, mehr Freizeit oder andere flexible Arbeitszeitregimes (z.B. Rinderspacher 1996; Hofstetter/Madjar 2003; Schor 2005, 2013; Jackson 2009; Victor 2008; Holmberg et al. 2012; Coote/Franklin 2013). Eine kürzere Arbeitszeit, so der Kern der Argumente, gehe bei einem entsprechenden Einkommensrückgang grundsätzlich mit einem niedrigeren ökologischen Fußabdruck einher, da man sich weniger Güter leisten könne, gleichzeitig jedoch Zeit für zeitintensive Aktivitäten und Eigenproduktion zu Verfügung stünde.

Arbeits- und zeitintensive Tätigkeiten förderten wiederum eher die Zufriedenheit der Menschen und die Lebendigkeit von Gemeinschaften als güterintensive Zeitverwendungen. So nennt Tim Jackson für die Britische Nachhaltigkeitskommission (Jackson 2009, S. 105) „**Sharing the work and improving the work-life balance**“ als einen von zwölf konkreten, mit Beispielen unterlegten Schritten einer Transformation zu einer nachhaltigeren Wirtschaft. Auch in einem Bericht des UN Umweltprogrammes (UNEP 2008, S. 81) heißt es: „ ... channeling productivity gains toward more leisure time instead of higher wages that can translate into ever rising consumption also increasingly makes sense from an ecological perspective“.

Manche Forscher halten diesen Ansatz, Arbeitszeit zu reduzieren um die Umweltbelastung zu senken, dagegen für einen Irrweg – jedenfalls solange er nicht bei Substitutionseffekten der betroffenen Individuen im Sinne von „Zeitinvestitionen für die Umwelt“ ansetze, sondern bei den durch weniger Warenproduktion (durch Arbeitszeitverkürzungen) vermeintlich eingesparten Umweltbelastungen auf der Produktionsseite verbleibe. Die Arbeitszeitverkürzung könne leicht durch Rationalisierung aufgefangen werden (Erhöhung der Arbeitsproduktivität/ sinkende Lohnstückkosten) und der ungewollt hohe Stoffdurchsatz bleibe. Der Ansatz laufe in letzter Konsequenz auf ein (nicht gewolltes) Programm der De-Industrialisierung, der Lohnsenkung und des Rückfalls in alte Rollenmuster hinaus.¹³

Letztlich ist es jedoch eine empirische Frage, ob die Reduktion von Arbeitszeit tatsächlich zu weniger Umweltverbrauch führt; und sie wurde in den letzten Jahren intensiv untersucht. Schor (2005) hat eine signifikante Korrelation zwischen Arbeitsstunden und ökologischem Fußabdruck in den USA festgestellt. Rosnick und Weisbrot (2006) stellten bei ihrer Regressionsanalyse fest, dass 1% weniger Erwerbsarbeit zu 1,3% weniger Energieverbrauch führe. Nässén und Kollegen (2009; Larsson et al. 2013; Nässén/Larsson 2014) errechneten für Schweden in einem gerade erschienenen Report einen Zusammenhang zwischen 1% weniger Arbeitszeit und 0.7 bis 0.8% weniger Energieverbrauch und Klimagasemissionen pro Haushalt. Erklärt wird dieser Zusammenhang in erster Linie durch ein niedrigeres Einkommen und damit weniger Konsum. Dieser Einkommenseffekt ist zehnmal so groß wie der gegenläufige Effekt, dass Haushalte mehr konsumieren, weil sie mehr verfügbare Zeit dazu haben (Nässén/Larsson 2014).

Im Einzelfall wird es darauf ankommen, welche Art von Umweltverbrauch gemessen wird (CO₂ Emissionen, Energieverbrauch o.a.), welche Personengruppen weniger arbeiten (die hochbeschäftigten Eliten oder wenig Beschäftigte), ob die gesunkene Arbeitszeit sich überhaupt auf das Einkommen niederschlägt und damit eine Einkommensenkung stattfindet und in welche alternativen Zeitverwendungen die „gewonnene“ Zeit fließt (Druckman et al. 2012, S. 158). Denkbar sind nämlich durchaus auch **Zeitverwendungs-Rebound-Effekte**: die Arbeitszeit sinkt und der Umweltverbrauch steigt (Rinderspacher 1996; Jalas 2009; Druckman et al. 2012, S. 159). Denn mit unterschiedlichen Aktivitäten gehen jeweils systematisch unterschiedliche Umweltbelastungen einher. Druckman und Kollegen (2012, S. 158) haben für Großbritannien berechnet, dass Freizeitaktivitäten im Durchschnitt weniger Klimagas intensiv sind (ca. 1 kg emittiertes CO₂ pro Stunde) als der Durchschnitt aller anderen Aktivitäten, insbesondere Ernäh-

¹³ Hinweis von Jürgen Rinderspacher (März 2014).

rung (ca. 1,2 kg emittiertes CO₂ pro Stunde), und dass – wenig überraschend – Freizeitaktivitäten im oder nah am Wohnbereich deutlich geringer belastend sind als Außer-Haus-Aktivitäten, hier vor allem das Reisen. Daher unterscheiden sich in Großbritannien die Klimagasemissionen zwischen den Geschlechtern je nach Aktivität: Männer neigen zu Außer-Haus-Aktivitäten und haben daher einen höheren ökologischen Fußabdruck im Freizeitbereich als Frauen. Dagegen kümmern sich Frauen nach wie vor mehr um Hausarbeit und Ernährung, die gemeinsam einen höheren CO₂-Impact haben als Freizeitaktivitäten im Durchschnitt (ebenda, S. 157). Genderspezifische Arbeitsteilung und (Frei-)zeitvorlieben haben demnach einen direkten Einfluss auf den Umweltverbrauch.¹⁴

Tatsächlich ist eine Reduktion der Erwerbsarbeitszeit bei Erhalt des Wohlstandsniveaus eine attraktive Vision für Viele, denn Zeitnot betrifft breite Teile der Bevölkerung (Rinderspacher 1985; Gershuny 2000; 2011; Eriksson et al. 2007, Mullainathan/Shafir 2013). Dies mag zunächst erstaunlich sein, denn heute haben Erwerbstätige in Deutschland mehr (Frei-)Zeit denn je: Zwischen 1970 und 2012 ist die durchschnittliche Jahresarbeitszeit (geleistete Arbeitsstunden) in Deutschland um über 20% zurückgegangen, von 1876 auf 1316 Stunden pro Arbeitnehmer pro Jahr (Statistisches Bundesamt 2013, S. 47). Trotzdem steigt die subjektiv wahrgenommene Zeitnot. Ein wesentlicher Grund dafür sind die starken Veränderungen in der **Gesellschafts- und Haushaltsstruktur**, die sich nicht in der zeitlichen Infrastruktur der Gesellschaft widerspiegeln: Die Erwerbsquote der Frauen liegt bei knapp 70% (bei jüngeren Frauen noch höher), wogegen die zeitlichen Strukturen – von Ladenöffnungszeiten über Dienstleistungsangebote bis zu Halbtagschulen – immer noch am alten Versorgermodell ausgerichtet sind. Private Zeitrationalisierung, Multitasking und Convenience-Angebote lauten die Antworten; diese ziehen jedoch ihre eigenen Folgekosten nach sich. Befragt man die Beschäftigten selbst, ob sie ihre Arbeitszeit verkürzen oder verlängern wollen, halten sich die Wünsche in der Summe weitgehend die Waage.¹⁵ Dahinter verbergen sich große Unterschiede zwischen Minijobbern, regulär Teilzeitbeschäftigten und Vollzeitbeschäftigten – und zwischen Männern und Frauen (Wunder/Heineck 2013).

Neue arbeitszeitpolitische Konzepte wie **Familienarbeitszeit** (Müller et al. 2013) oder **Pflegesensible Arbeitszeiten** (Reuyß et al. 2012) versuchen, die notwendige Flexibilität für Vereinbarkeitsprobleme von Familie und Beruf oder Pflege und Beruf mit Arbeitszeitverkürzungen zu kombinieren, die in diesen Lebenslagen mit einem Einkommensausgleich verbunden werden sollten (z.B. 30 Arbeitsstunden mit Lohnersatzleistungen). Diese Arbeitszeitpolitik setzt gewissermaßen bei sozialer Bedürftigkeit an – und ist insofern „soziale Zeitpolitik“ – und verbindet sie mit einem monetären Kompensationsangebot der Solidargemeinschaft (d.h. Steuern, Sozialversicherung, Lohn-Fonds) für die Zeit der besonderen Belastung der Arbeitnehmer durch Erziehung oder Pflege. Auch ist Flexibilität allein nicht mehr das große Thema der Vereinbarkeitsdebatte: Angesichts der hochflexiblen Arbeitszeitregimes hat sich bei den Betroffenen kompensatorisch wieder ein starkes Interesse an Verlässlichkeit und Kalkulierbarkeit der Zeiten ausgebildet (vgl. ebenda).

Seit den 1980er Jahren hat sich in Deutschland eine gewerkschaftlich unterstützte zeitpolitische Diskussion um Arbeitszeitregimes und die möglichen Synchronisations- und Motivationsoptionen herausgebildet. Kernpunkte sind die Verkürzung und gleichere Verteilung der Erwerbs-

¹⁴ Allerdings muss bedacht werden, dass die Haus- und Ernährungsarbeit auf alle Mitglieder eines Haushaltes umgelegt werden muss, während z.B. die Fahrt zum Fußballplatz nur der einen Person zuzuordnen ist.

¹⁵ Vgl. auch die Informationsplattform „Arbeitszeitpräferenzen der Beschäftigten“ des Instituts für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB) der Bundesanstalt für Arbeit (http://infosys.iab.de/infoplattform/dokSelect.asp?pkDokSelect=93&sortLit=2&show=Lit&title=Arbeitszeitpr%EF4ferenzen_der_Besch%EF4ftigten)

arbeitszeit sowie Chancen für mehr Zeitautonomie und „reflexive Lebensführung“ (Hildebrandt /Linne 2000). Neben der „äußeren“ linearen Arbeitszeitverkürzung wird auch die „**innere**“ **Arbeitszeitverkürzung** über sogenannte „Ziehungsrechte“ diskutiert (Mückenberger 1985, 1992, 2007; Jurczyk 2013). Dabei werden in das bestehende (und unverkürzte) Lebensarbeitszeitquantum Zeitanteile nicht-erwerblich organisierter Arbeit einbezogen. Wie sich ein solcher Arbeitstyp auf das Geschlechterverhältnis auswirkt, ist öfter erwogen worden; wie er mit dem Nachhaltigkeitsparadigma zu verknüpfen wäre, wäre noch zu eruieren.

Europaweite Vergleiche von Arbeitszeitregimes (Hayden 2013, S. 128 ff.; Ashford/Kallis 2013) zeigen jedenfalls: Kürzere Arbeitszeiten *können* soziale Gerechtigkeit, Geschlechtergerechtigkeit (wie: Aufwertung der Care Arbeit, der Eigenarbeit, der ehrenamtlichen Arbeit) und ökologisch und ökonomisch gesundes Wirtschaften fördern, *müssen* aber nicht. Es kommt auf die Vielzahl der fördernden und hemmenden Bedingungen an: auf die Ausgestaltung im Detail (wie: steuerliche Anreize, rechtliche Zeitpolitik), auf die ökonomische Lage der Haushalte, auf gesamtgesellschaftliche Werte und Normen (wie die als gerecht geltende Arbeitsverteilung zwischen den Geschlechtern) sowie auf die wertbasierte Priorisierung unterschiedlicher Zeitverwendungen (Überblick über diese Faktoren in: Goodin et al. 2008).¹⁶

3.1.2 Zeitwohlstand, Wohlbefinden und Nachhaltigkeit

3.1.2.1 Zeitwohlstand als attraktives Narrativ

In der Konsumforschung besteht eine lange Tradition, den Einfluss von Zeit auf Konsumententscheidungen zu untersuchen (Jacoby et al. 1976; Hellmann 2009). Häufig geschieht dies aus Perspektive der Zeitwahrnehmung (Graham 1981) und des Konsumnutzens (genauer: Handlungs-, Ergebnis- und Ausstattungsnutzen) in Abhängigkeit von Zeit. Umfangreich ist ebenso die Auseinandersetzung in der Ökonomik mit dem Thema Zeit (Zamagni/Agliardi 2004), insbesondere in der so genannten „Neuen Haushaltsökonomik“ (Becker 1982). Hier wird Zeit als Produktionsfaktor in der Haushaltsproduktion betrachtet und unterliegt dem ökonomischen Kalkül. Zeitwohlstand würde - wenn es die Debatte hier gäbe - eindimensional als „mehr Zeit pro Zeitverwendung“ betrachtet (Kuhn/Maurer 1995). Dies ist jedoch nur ein einzelnes Element im Konzept des Zeitwohlstands, und keineswegs ausreichend für seine Beschreibung: So empfinden ungewollt Erwerbslose beispielsweise kein Wohlbefinden in der Zeit, sondern vielmehr Leere und Niedergeschlagenheit, obwohl sie ja objektiv „ausreichend Zeit“ hätten (Krueger/Mueller 2012).

In Deutschland wurde das Konzept des **Zeitwohlstands** in den 1990er Jahren vor allem im Rahmen der Forschung zu neuen „postmateriellen“ Lebensstilen und dem „Guten Leben“ aufgegriffen. Zeitwohlstand wurde und wird bis heute als Weiterentwicklung des konventionellen (materiellen) Wohlstandskonzepts verstanden und insbesondere mit nachhaltigen Konsum- und Produktionsmustern in Verbindung gebracht (Held/Geißler 1993, 1995; Rinderspacher 1996, 2012; Scherhorn/Reisch 1999; Reisch 1999, 2001a, b, 2002; Vinz 2005). Das Konzept wird sowohl auf individueller Ebene (persönlicher Zeitwohlstand) als auch auf gesellschaftlicher Ebene (kollektiver Zeitwohlstand) und institutioneller Ebene diskutiert, sowohl als Ziel als auch Instrument, als quantitatives Verteilungsproblem und qualitatives Problem der Generierung. Umfangslogisch ist das Konzept mehrdimensional.

¹⁶ Vgl. die Ausführungen zum temporalen Wohlfahrtsstaat Finnland in 4.1

Kerndimensionen des Zeitwohlstands

Die Forschung zur Ökologie der Zeit nennt als zentrale Dimensionen des Zeitwohlstands:

- die chronometrische Dimension (Zeitdauer),
- die chronologische Dimension (Zeitlage/Abfolge),
- die Zeitsouveränität und Zeitautonomie,
- den rechten Zeitpunkt (Kairos/timing),
- die Synchronizität,
- angemessene Geschwindigkeiten,
- die Rhythmik und
- die Berücksichtigung von Eigen- und Systemzeiten.

Quelle: Reisch 2002, S. 48

Auch wenn man nicht von einer geltenden Definition sprechen kann, tauchen doch einige konstituierende Elemente immer wieder auf: So lebt im Zeitwohlstand, wer selbstbestimmt über seine zeitliche Lebensgestaltung entscheiden kann, weil man auf auskömmlichem materiellen Niveau ausreichend Zeit – zum richtigen Zeitpunkt, gemäß den eigenen sozialen und biologischen Rhythmen – pro Zeitverwendung zur Verfügung hat (Scherhorn 1995). Jenseits dieses Kernverständnisses wird das Konzept unterschiedlich beschrieben und ausgeführt (Überblick in: Reisch 2002). Letztlich geht es jedoch um: Zeitautonomie und Zeitsouveränität, ausreichend Zeit pro Zeitverwendung für Pflichten und Wünsche („verfügbare Zeit“), insgesamt um eine „Work-Life-Balance“ (Hochschild 2002) von Bedürfnissen und Anforderungen an die eigene Zeit. Und es geht auch um Zeit zum „richtigen Zeitpunkt“ und gemäß der eigenen und sozialen (familiären) Rhythmen und Taktungen des Lebensumfelds, auf Meso- und Makroebene auch um Verteilungsgerechtigkeit betreffend den Zugang zu Zeitressourcen (Acker-Widmaier 1999).

Zeitwohlstand sei, so liest man, ähnlich wie eine saubere, sichere Umwelt, Ruhe und Privatheit, „der neue Luxus“ (Hans Magnus Enzensberger). Daher könne Zeitwohlstand durchaus als attraktive Vision und Zielgröße an die Stelle materiellen Güterwachstums treten. Ulrich Grober (2013a, b) sieht Zeitwohlstand als ein angesichts der allgemeinen Zeitarmut hoch attraktives Versprechen, das Menschen zu weniger ressourcen- und energieintensiven Lebensstilen motivieren könne. Denn langfristig seien ressourcenarme Lebensstile keine Frage der Wahl, sondern angesichts der planetarischen Grenzen und wachsender Weltbevölkerung eine Notwendigkeit. Deshalb sei es lohnend, die „Kultur der Nachhaltigkeit“ mit dem **attraktiven Narrativ „Zeitwohlstand“** zu kommunizieren, eine Vision zu zeigen, für die Menschen bereit sind, materielle Einschränkungen hinzunehmen.¹⁷

Neben der individuellen Wahlfreiheit über Zeitverwendungen spielt für Zeitwohlstand auch die **Einbettung des Individuums** und seiner Zeitinteressen in – sich wandelnde – **Zeitinstitutionen** wie Wochenende, Feierabend, Urlaub, geregelte Pausen während des Arbeitstages, Lebensfreizeit (Rente) oder Bildungsurlaub eine wichtige Rolle (Rinderspacher 1987, 2000). Denn Zeitwohlstand umfasst auch „gemeinsame Zeit“ und bezieht sich offensiv auf den Rahmen ei-

¹⁷ Dies ist einleuchtend, gleichwohl scheint auch der Alltags-Stress per se eine wichtige Funktion zu haben, denn ihm wird heute die gleiche psychologische Funktion zugeschrieben wie früher dem „grauen Alltag“. „Er verhindert das immer wieder nötige Bewusstmachen dessen, wie wir unsere Freiheit zur Alltagsgestaltung nutzen wollen. Wir suchen tatsächlich Linderung vom Stress, unbewusst wollen wir ihn aber auf keinen Fall abschaffen“ (Lönneker 2009, S. 9).

ner jeweils geltenden gesellschaftlichen Zeitordnung bzw. einer **kollektiven Zeitarchitektur**. Die Zeitordnung einer Gesellschaft ist deutlich mehr als die aggregierten Einzel-Zeit-Interessen der Individuen; und diese ergeben aufaddiert nicht das „Zeitwohlstandsmaximum“ (Rinderspacher 2012). Hierin liegt vor allem das politische Moment der Debatte, und auf eben diesem Feld finden aktuell wieder Zeitverteilungskämpfe statt (Mückenberger 2012).¹⁸

Angesichts des stattfindenden **demographischen Wandels** hin zu einer älteren Gesellschaft, in der die Menschen grundsätzlich länger leistungsfähig sind und produktiv sein können, aber auch insgesamt länger auf die Solidargemeinschaft angewiesen sein werden, kommen zudem neue Debatten über die Verteilung des Zeitwohlstands zwischen den Generationen auf die Gesellschaft zu. Denn Zeitwohlstand ist auch immer eine Frage der **temporalen Gerechtigkeit** (Acker-Widmaier 1999; Goodin 2010), d.h. der gerechten Verteilung der Verfügung über (freie) Zeit: Wie ist die Zeit für Pflichten und Wünsche zwischen verschiedenen Personengruppen, zwischen Generationen und sozialen Schichten verteilt? Wer kann über seine Zeit bestimmen, wer nicht? Welche Entwicklungs- und Teilhabechancen haben Menschen, deren zeitliche und/oder materielle Ressourcen prekär knapp sind (Sen 2000; Mullainathan/Shafir 2013) und daher „*forced choices*“ (Nussbaum 2011) treffen müssen? Zeitarrangements und „Zugriff auf Zeit“ sind zudem auch eine Frage der **Ressourcen- und Machtverteilung** zwischen Geschlechtern (Spitzner 1999; von Winterfeld 1999) sowie zwischen gesellschaftlichen Gruppen, Klassen und Schichten (Wotschack 1997). Besonders gut untersucht ist die unterschiedliche Zeitverwendung für bezahlte und unbezahlte Arbeit der Geschlechter. Danach ist weltweit auf Basis von OECD Daten ein Vorsprung der Männer bezüglich „echter Freizeit“, also Freizeit ohne kombinierte Nichterwerbsarbeit, zu verzeichnen (Bittman/Wajcman 2004). Eine internationale Autorengruppe (Goodin et al. 2008) hat „verfügbare Zeit“ als einen integralen Bestandteil eines Wohlfahrtskonzepts konzipiert und, empirisch basiert, eine Art international gültigen „Mindeststandard“ an Verfügung über die Ressourcen Geld *und* Zeit für unterschiedliche gesellschaftliche Gruppen definiert.

Bei der Untersuchung der zeitlichen Aspekte der Lebenszufriedenheit geht es aber nur zum einen um die chronometrische Dauer von Tätigkeiten, die „verfügbare Zeit“; der zweite Aspekt ist die **Zeitsouveränität** (Teriet 1976), in Anlehnung an die internationale Diskussion heute auch als **Zeitautonomie** (Eriksson et al. 2007; Goodin et al. 2004) bezeichnet. Der Ökonom und Zeitforscher Martin Held (Hatzelmann/Held 2005) beschreibt Zeitwohlstand als eine neue Souveränität im Umgang mit der Vielfalt der Zeiten: Die Zeiten und Rhythmen der Natur wahrnehmen; für sinnerfüllte Aktivitäten die angemessene Zeit haben; seine Eigenzeiten leben und mit denen der Mitmenschen synchronisieren; etwas genießen, ohne das Gefühl zu haben, etwas anderes zu verpassen; eine Balance finden zwischen von außen kommenden Zeitvorgaben und den eigenen Gestaltungsspielräumen. Diese aktive Gelassenheit schaffe die Voraussetzung von Kraft für machtvoll, planvoll Handeln und Phasen hoher Geschwindigkeit. Um Missverständnissen vorzubeugen: Zeitautonomie ist kein „Egotrip“, sondern umfasst ebenso die „*choiceful accomodation*“, also ein bewusstes und gewolltes sich Einlassen auf Zeitbedürfnisse der sozialen und natürlichen Mitwelt, die man (zeitweise) als vorrangig oder höherwertig befindet (Reisch 2002, S. 49). In der zeitpolitischen Diskussion wird diese, in bestimmten Beziehungen und Rollen (z.B. als Elternteil, als Erzieherin) gewählte Form der Gegenseitigkeit als „**Reziprozität**“ (Mückenberger 2012, S. 52 ff.) bezeichnet.

Wie eine aktuelle deutsche Glücksstudie (Happiness Institut 2012) zeigt, ist das Gefühl von Freiheit für drei von vier Erwachsenen in Deutschland ein sehr wichtiges Element der Lebens-

¹⁸ So hat sich die Zahl der Samstags-/Sonntagsarbeiter in Deutschland in den letzten zwei Dekaden jeweils verdoppelt (Boulin 2013).

freude. Die Zeitautonomie spielt dabei eine überragende Rolle: 64 Prozent sagen, das wichtigste Element der Selbstbestimmung sei für sie, selbst über ihre Zeit entscheiden zu können. 69 Prozent empfinden große Lebensfreude, wenn sie „genügend Zeit“ haben für alles, was sie tun müssen und möchten, also von keiner Zeitknappheit beschnitten oder „Zeithungersnot“ (Rosa 2013) bedroht werden.¹⁹ Die Frage der zeitlichen Selbstbestimmung führt auch immer zur Frage, wer oder was uns fremdbestimmt und vor allem, wie die Rahmenbedingungen aussehen müssten, die mehr Zeitautonomie erlauben würden (van Parijs 1995; Sen 2000; Mückenberger 2004b). Dies wird je nach Lebensbereich (Arbeit, Freizeit, Familie, Caring, Verkehr, Ernährung u.a.) und nach Lebenslage (Alter, Bildung, Beruf, soziale Schicht, Wohnort) und damit finanziellen, psychischen und sozialen Handlungsmöglichkeiten unterschiedlich zu beantworten sein und zu unterschiedlichen zeitpolitischen Strategien in den Politikfeldern führen (vgl. Kapitel 4). Fest steht, dass sich Zeitverfügung unmittelbar auf gesellschaftliche Teilhabe und „Befähigung“ (*capabilities approach*) (Sen 2000) einer Person auswirkt.

3.1.2.2 Wachstum macht nicht (immer) glücklich

Dabei mag auch helfen, dass die empirische Frage, ob auf mittlerem Wohlstandsniveau eine Zunahme materiellen Wohlstands zu mehr Glück oder Lebenszufriedenheit führt – und daher materielles Wohlstandswachstum für eine Gesellschaft auf bestimmtem materiellem Niveau ein sinnvolles Ziel darstellt – mittlerweile von der **Well-being-** und **Glücksforschung** negativ beantwortet wurde (z.B. Easterlin 2001; Diener/Seligman 2004). Denn trotz steigenden materiellen Wohlstands verändert sich das Zufriedenheits- und das Glücksniveau der Menschen in den meisten Industrienationen seit Jahrzehnten kaum²⁰; zumindest dort, wo der Durchschnitt der Menschen ein bestimmtes materielles Niveau erreicht hat. Je nach Studie liegt dieses Einkommensniveau bei circa 15.000-20.000 USD Jahreseinkommen pro Kopf (Inglehart 2000; Pickett/Wilkinson 2010). In den USA, wo seit 1946 die Frage nach dem Glücksempfinden regelmäßig erhoben wird, ist dies besonders deutlich: Das Bruttoinlandsprodukt pro Kopf hat sich seit dem 2. Weltkrieg verdreifacht, das Glücksempfinden ist genau gleich geblieben, und ca. 30% der Befragten bezeichnen sich als „sehr glücklich“ (Layard 2005). Umfangreiche Studien der ökonomischen Glücksforschung haben gezeigt, dass weltweit das Glücksempfinden durch Wirtschaftswachstum nicht erhöht werden kann (u.a. Blanchflower/Oswald 2004).

Die Gründe dafür sind natürlich vielschichtig und sicherlich nicht nur in der „Zeitspartrettmühle“ (Binswanger 2012, S. 263), also der „infinitesimalen Verwendungslogik der Zeit“ (Rinderspacher 1985) zu suchen. Zufriedenheit und Unzufriedenheit sind empirisch eng mit der eigenen relativen Position in der Einkommens- und Vermögensverteilung innerhalb einer Vergleichsgruppe verknüpft. Es bedeutet für die meisten Menschen einen großen Unterschied, ob sie sich selbst innerhalb der Einkommenshierarchie verbessern oder ob ihre Einkommens- und Vermögenssituation mit der Gesellschaft insgesamt steigt (Reisch 1995, 2003). Der Anstieg des Lebensstandards wird als weitgehend normal und zu erwarten betrachtet und man gewöhnt

¹⁹ Dies bedeutet aber nicht, dass Menschen generell keine klaren zeitlichen Vorgaben mögen: So gelingt es erstaunlich vielen Menschen erst durch harte „Deadlines“, sich auf Aufgaben zu fokussieren und diese nicht immer weiter hinauszuschieben (so genannte Prokrastination).

²⁰ In der Glücksforschung wird Glück meist in zwei Dimensionen operationalisiert und analysiert: zum einen die langfristig angelegte, kognitiv dominierte Kategorie der allgemeine Zufriedenheit mit dem eigenen Dasein (*life satisfaction*); zum anderen das im Moment empfundene Glück oder Unglück (*affective states*) (z.B. Argyle 1996; Diener/Oishi 2000). Vgl. eine Übersicht über in der Glücks- und Zufriedenheitsforschung häufig benutzte Indikatoren in: Hofstetter/Madjar (2003, S. 13). Bekannt (aber unproblematisch in unserem Zusammenhang) ist, dass Menschen sich bei Befragungen wie dem World Values Survey (www.worldvaluessurvey.com), der Daten zu 82 Ländern weltweit enthält, systematisch glücklicher einschätzen als sie sind (sog. „overconfidence bias“).

sich schnell an ein höheres Einkommensniveau und neue materielle Güter (sog. „Adaptations-Niveau-Theorie“, Helson 1964). Dagegen macht Ungleichheit eher glücklich (Reiche) oder unglücklich (Arme) (Frey/Stutzer 2002). Diese **Positions-** und **Statusorientierung** wird in der verhaltensökonomischen Forschung sogar als eine der fünf evolutionsbiologisch adaptiven psychologischen Verhaltenstendenzen oder „Biases“²¹ eingestuft, die kaum veränderbar seien und die man daher in jedes politische Instrumentarium systematisch einbeziehen müsse, sollte es effektiv sein und gelingen (Vorschläge dazu in: van Vugt et al. 2014, S. 4).

Und auch auf Makroebene hat die empirische Zufriedenheitsforschung einen deutlichen Zusammenhang zwischen wirtschaftlicher und sozialer Ungleichheit einer Gesellschaft und Armut, Kriminalität, Krankheiten, Depression und Stress festgestellt (Pickett/Wilkinson 2010). Schließlich hängt die individuelle Zufriedenheit auch von der Organisation und **Sicherheit** der Erwerbsarbeit ab. Bekanntlich werden die Arbeitsverhältnisse (auch in Deutschland) flexibler, befristeter und nicht unbedingt besser bezahlt und die soziale Ungleichheit wächst. Der Arbeitsmarkt zerfällt zunehmend in Menschen mit sicheren und unsicheren Arbeitsverhältnissen sowie in viel Beschäftigte und andere, die wenig gesellschaftliche Teilhabe besitzen (Kirschenmann 2013, S. 92).²² Auch dies wirkt sich auf die Zufriedenheit aus.

3.1.2.3 Materieller Wohlstand und Zeitwohlstand: Ein Konkurrenzverhältnis?

Eine Pionierin der Zeitforschung, die britische Soziologin Barbara Adam, verweist auf die Bedeutung unterschiedlicher Annahmen über die Zeit (Adam 1998, 2013): Weit verbreitet sei die ökonomische Annahme, dass Zeit in festen Einheiten gemessen werden könne (chronologische „Uhrenzeit“) und der Beschleunigung, Produktivitätssteigerung, Kürzung und Verlängerung zur Verfügung stehe. Dem stellt sie die historisch viel ältere Annahme gegenüber, Zeit sei primär eine vielfältige **Handlungsdimension**, die vielfältigen biologischen, entwicklungsbedingten oder sozialen Rhythmen unterliege, die für das Leben und Zusammenleben mindestens ebenso bedeutsam seien und nur sehr begrenzt – und meist nicht ohne Konsequenzen – übergangen werden könnten. Adam (1998) hat hier den Begriff vielfältiger „time-scapes“, also „**Zeitlandschaften**“ geprägt, in denen Menschen ihr Leben meistern müssten. Die Schlafforschung spricht von unterschiedlichen „Zeit-Räumen“, an die sich die biologischen Rhythmen anpassen müssen (Roenneberg 2012).

Darauf basiert die These vom Konkurrenzverhältnis zwischen Güter- und Zeitwohlstand: Je höher der materielle Wohlstand, je höher der zeitliche Druck in Produktion und Konsumtion, desto weniger können zeitintensive Tätigkeiten als befriedigend erlebt werden und desto eher werden Rhythmen und Eigenzeiten verdrängt oder übersehen. Dies führe notwendigerweise zu weniger Zufriedenheit. Nach Gerhard Scherhorn (1994, 1995) könne Zeit nicht als Produktionsfaktor betrachtet werden, wie es in der Neuen Haushaltsökonomik üblich sei. Der Versuch, die materielle Produktivität der Zeit zu erhöhen, führe zu einer folgenschweren Fehlannahme über die generelle Möglichkeit, Konsumproduktivität und Wohlstand durch Zeiteinsparungen zu erhöhen. Güterwohlstand und Zeitwohlstand stünden vielmehr ab einem gewissen Güterwohlstandsniveau zueinander in Konkurrenz, denn der als besonders befriedigend erlebte **Hand-**

²¹ Die anderen „*hard wired*“, also genetisch bestimmten Biases, sind (van Vugt et al. 2014): Eigeninteresse, Kurzsichtigkeit und damit hyperbolische Diskontierung der Zukunft, Nachahmung und Herdentrieb sowie das Ignorieren von nicht unmittelbar erfahrbaren Risiken und Umweltveränderungen.

²² Für eine Reihe aktueller Studien aus diversen Disziplinen vgl. die neu eingerichtete Informationsplattform „Happiness – wie Glück, Arbeit und Einkommen zusammenhängen“ des Instituts für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB) der Bundesanstalt für Arbeit.
http://infosys.iab.de/infoplattform/dokSelect.asp?pkyDokSelect=125&sortLit=2&show=Lit&title=Happiness_%96_wie_Gl%FCck,_Arbeit_und_Einkommen_zusammenh%E4ngen

lungsnutzen von Tätigkeiten (Deci 1975; Winston 1982) sei unmittelbar auf ausreichend Zeit zum richtigen Zeitpunkt angewiesen (Scherhorn/Reisch 1999). Viele „Konsumtätigkeiten“ – wie das Spielen eines Instruments, das Ausüben eines Sports etc. – haben ihre „Eigenzeit“ (Rosa/Lorenz 2009), und diese ist nur begrenzt oder auch gar nicht zu reduzieren ohne Verluste an Befriedigung.

Dies wird mittlerweile auch in der Haushaltsökonomik so gesehen: Das **Konzept sozialer Zeitbindung** (Meyer 2001) stellt das Handeln von Menschen - Nutzen schaffen, zwischen Möglichkeiten wählen, Sinne und Wert finden - in den **Zeitstrukturen des Alltags** in den Mittelpunkt der Analyse, meist auf Ebene des Privathaushalts. Dazu gehört auch die Analyse „temporaler Muster“ (Dollase et al. 2000). Die Zeitbudgetforschung liefert die wichtigsten Methoden und Daten dieser Analyse (Meyer 2001, S. 73 ff.). Die aktive Gestaltung der Zeitstruktur in Haushalten geschieht durch **Zeiteinteilungspraktiken** wie Planen, Zeitgewinnungstechniken, Neudefinition von Pflichten, Unterlaufen gesellschaftlicher Zeitspitzen, Einrichtung von Eigenzeiten und Pufferzeiten (Hörning et al. 1990, S. 145 ff.). Der Einsatz zeitsparender Maschinen birgt sowohl Zeitgewinne, trägt gleichzeitig jedoch zur Zeitverdichtung bei (Southerton 2003). Untersucht werden solche Zeitkonflikte vor allem in der Soziologie der Zeit. Hier haben Studien auf Grundlage der **Practice Theory** (Bourdieu 1976) an Einfluss gewonnen, bei denen statt von abstrakten Modellen von den tatsächlich gelebten alltäglichen Praktiken der Menschen ausgegangen wird (Southerton 2003).

Wie oben skizziert, haben der Umgang mit Zeit und die Verteilung des Zeitwohlstands auch mit **ökologischen Folgewirkungen** des Konsums und mit (weniger oder mehr) nachhaltigen Lebensstilen einer Gesellschaft zu tun (vgl. 3.1.1). Die Postwachstumsdiskussion schlägt vor, sich gänzlich von der „Wachstumsdiktatur“ zu lösen und mit Strategien der **Suffizienz und Subsistenz** weniger zu kaufen und zu verbrauchen und stattdessen mehr selbst zu produzieren und zu reparieren, was zudem befriedigende Erlebnisse verschaffe (Paech 2013; Schor/Fitzmaurice 2014). Dies setzt allerdings Zeitbudgets für solche Aktivitäten voraus, die bei langen Erwerbsarbeitszeiten jedoch kaum verfügbar gemacht werden können. Dies gilt insbesondere für die „Stoßzeit des Lebens“, also solchen Lebensphasen, in denen als „zweite Schicht“ zeitintensive Betreuungsarbeit bei Kindern oder hilfsbedürftigen Eltern zu leisten ist (Bittman/Wajcman 2004).

3.1.2.4 Zeitverdichtung, Multitasking und individuelles Wohlbefinden

Dass Zeit und Wohlbefinden in vielfältiger Weise interdependent sind, ist keine neue Erkenntnis. Der jüngeren **Zeit- und Glücksforschung** ist jedoch eine willkommene empirische Unterlegung der Diskussion zu verdanken: Vor allem durch experimentelle und neurowissenschaftliche Studien sowie neu entwickelte Befragungsinstrumente und großangelegte Erhebungen wie die des Statistischen Bundesamts (2003, 2004) hat die Diskussion um Zeitwohlstand und Zeitnot eine solidere empirische Basis bekommen und manche ideologiegetriebenen Diskussionen versachlicht.

Beispielsweise haben Kasser und Sheldon (2009) ein Instrument zur Messung von Güter- und Zeitwohlstand entwickelt, die **Material and Time Affluence Scale** (MATAS), die in einer Reihe empirischer Studien erprobt und eingesetzt wurde. In vier dieser Untersuchungen zeigte sich, dass sich die Erhöhung des Zeitwohlstands bei auskömmlichem materiellem Wohlstand positiv auf das subjektive Wohlbefinden (hier: Arbeitszufriedenheit, Zufriedenheit im privaten Bereich) der Probanden niederschlug. Erklärt wird dies mit den besseren Möglichkeiten der Menschen, ihre psychischen und sozialen Bedürfnisse zu befriedigen, menschliche Beziehungen zu beleben und sich selbst und ihr soziales Umfeld mit einer neuen **Achtsamkeit** („mindfulness“) wahrzunehmen. Die neuen Zeiträume erlaubten den Menschen, sich bewusst zu fokussieren

statt nur Bedürfnisse auszugrenzen und im „Tunnelblick“ durch den Alltag zu rasen (Mullainathan/Shafir 2013).

Eine vielbeachtete „experience sampling“ Studie, bei der mehrmals täglich bei einer großen Stichprobe (5000 Erwachsene aus 83 Ländern) per Smart Phone die aktuelle Aktivität und die dabei empfundene Zufriedenheit abgefragt wurde (Killingsworth/Gilbert 2010) zeigte: Menschen sind deutlich weniger glücklich, wenn ihre Gedanken abschweifen, sie sich also nicht auf eine Tätigkeit konzentrieren – und zwar weitgehend unabhängig davon, welche Tätigkeit sie ausführen. Der Titel der Studie lautet daher „A wandering mind is an unhappy mind“.

In der betriebswirtschaftlichen Motivationsliteratur wird nicht umsonst empfohlen, Führungskräften neben materiellen Kompensationsformen auch solche des Zeitwohlstands – wie Sabbaticals oder mehr tägliche Zeitautonomie – anzubieten. Wenig überraschend sind so genannte MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) Kurse, in denen „Achtsamkeit“ und letztlich Selbstwahrnehmung und Zeitkompetenz erlernt werden, insbesondere für dauernd unter Zeitdruck Stehende ein großer Erfolg.²³ Und auch bei der Frage, wie Menschen zu **nachhaltigeren Lebensstilen** motiviert werden können, wird zunehmend auf die **psychologischen Ressourcen** von Menschen hingewiesen, die gleichberechtigt neben materiellen und kognitiven Ressourcen entwickelt werden müssten (Hunecke 2013). Dazu gehören neben der Achtsamkeit auch Genussfähigkeit, Selbstakzeptanz, Selbstwirksamkeit, Sinngebung, Solidarität (ebenda). All diese Fähigkeiten sind jedoch auf ausreichend Zeitautonomie angewiesen und lassen sich gerade nicht durch erhöhte Geschwindigkeit ausbauen.

Insgesamt mehren sich Studien, die zeigen, dass sich Zeitwohlstand oder „Zeitbalance“ positiv auf die Zufriedenheit, die körperliche und mentale Gesundheit, die Arbeitsproduktivität, die Familienbeziehungen, das ehrenamtliche Engagement sowie umweltfreundliches Verhalten auswirken (z.B. de Graaf 2003, 2013). Gleichzeitig wird immer deutlicher, welche psychischen und sozialen Kosten – und damit auch ökonomische Kosten – permanent empfundene **Zeitknappheit** für viele mit sich bringt. So erleiden mehr als ein Drittel (38%) der Europäer im Laufe eines Jahres eine **psychische Störung** (Blech 2013). Epidemiologische Erhebungen wie der „Stressreport Deutschland 2012“ (Lohmann-Haislah 2012) zeigen, dass der Trend zu Arbeitsverdichtung, Zeitknappheit, häufigen Unterbrechungen sowie der Wegfall der Pausen, des Feierabends und arbeitsfreier Urlaube enorme Stressfaktoren für viele Arbeitnehmer darstellen. Burnout tritt häufig dann auf, wenn eine berufliche Gratifikationskrise und der Verlust an wichtigen Sozialbeziehungen gleichzeitig – und häufig sich gegenseitig verstärkend – auftreten; Zeitdruck und Zeitstress spielen dabei eine wichtige Rolle (Burisch 2006). Die Fälle von Burnout haben in den letzten Jahren erheblich zugenommen: zwischen 2004 bis 2012 um 700 Prozent, und die Anzahl der dadurch bedingten betrieblichen Fehltage um 1400 Prozent (Bundespsychotherapeutenkammer 2012).

Bereits 1970 hat der Soziologe Staffan Linder (1970/71) das „**Linder-Axiom**“ beschrieben und argumentiert, weshalb zusätzlicher materieller Wohlstand letztlich zu Zeitknappheit führe: Um die Zeitproduktivität in der Erwerbs- und Konsumsphäre auszugleichen, müsse der ökonomischen Logik folgend bei zunehmendem materiellem Wohlstand die Zeit pro Konsumeinheit verkürzt werden, also Zeit gespart werden, oder es müssten mehr oder teurere Güter eingesetzt werden. Linder machte damit auf das Dilemma aufmerksam, dass Multitasking und Erhöhen des Gütereinsatzes zu Verschwendung führten und langfristige soziale und ökologische Kon-

²³ Die „Mindfulness“ Psychologie wurde 1979 von Jon Kabat-Zinn – ein Wissenschaftler des Bostoner MIT – begründet. Alleine 2012 wurden knapp 500 (englischsprachige) wissenschaftliche Artikel publiziert, die den Zusammenhang zwischen „mindfulness“ und diversen positiven Resultaten zeigen (u.a.: Stressreduktion, Kreativitätssteigerung, Verbesserung von Zwängen und Neurosen). Vgl. u.a. Brown/Kasser 2005.

sequenzen nach sich zögen. Tatsächlich scheint Zeitsparen eine Illusion zu sein: So zeigt die **Constant-Travel-Time-Hypothese**, die für die meisten Länder weltweit empirisch gültig ist, dass Beschleunigung der Verkehrsmittel nicht zur Einsparung an Reisezeit, sondern zur Reinvestition in entferntere Ziele führt: Menschen wenden im Durchschnitt pro Tag ca. 70 Minuten für Mobilität auf, und zwar unabhängig von der Infrastruktur und dem Reichtum des Landes.²⁴

Auch fast fünf Jahrzehnte nach Linders Buch hat sich wenig geändert; Versuche, die Produktivität in der Zeit zu erhöhen, sind immer noch begrenzt. Zwar kann man durch den technischen Fortschritt und die drastisch gefallen Kommunikations- und Transaktionskosten immer mehr Aktivitäten und mehr Arbeit in immer kürzerer Zeit erledigen und dabei die letzten „nichtproduktiv“ genutzten Zeitreste füllen. Die Neuen Medien erlauben eine nie gekannte Flexibilität und Unabhängigkeit von Raum und Zeit. Ständige Erreichbarkeit und 24/7 haben jedoch auch ihren psychischen und sozialen Preis für die Menschen, den Mark Davis (2013) anschaulich als **„gestresst und einsam“** zusammenfasst. Permanente kognitive Überlastung, Übermüdung und Missachtung biologischer und natürlicher Rhythmen können zu teilweise erheblichen Folgekosten insbesondere durch Verhaltens- und Entscheidungsfehler führen (Zulley 1998; Roenneberg 2012). Der Aufmerksamkeit und Leistungsfähigkeit des menschlichen Gehirns sind nämlich klare Grenzen gesetzt (bereits: Miller 1956). Insbesondere die Neurowissenschaften haben in den letzten Jahren eindrucksvoll die absoluten Grenzen der Gleichzeitigkeit, des **„Multitasking“**, aufgezeigt und damit anekdotische Evidenz und psychologische Befunde (Heintel 1999, S. 153 ff.) bestätigt: Weitgehend unabhängig von Bildung und Kompetenz können sich Menschen bestenfalls auf zwei Dinge gleichzeitig konzentrieren (Charron/Koechlin 2010). Durch die Illusion, man könne mehr als dies, machen Menschen Fehler, die unter Umständen gravierend sein können. So belegen einige Studien, dass die visuelle Ablenkung durch die Nutzung von Handys während des Autofahrens in den USA mehr tödliche Unfälle verursacht als die lange bekämpfte Trunkenheit am Steuer (u.a. Klauer et al. 2006; Strayer et al. 2006). Entsprechende gesetzliche Schritte werden diskutiert.

Die US-amerikanischen Verhaltensökonominnen Mullainathan und Shafir (2013) fragen in ihrem Buch „Knappheit“ nach dem individuellen und gesellschaftlichen Preis von erlebter Knappheit, und zwar auch der Knappheit von Zeit. Das **zeitknappheitsbedingte Ausblenden** von eigenen und fremden Bedürfnissen durch intensives Multitasking und Erhöhen der Zeitproduktivität bezeichnen sie anschaulich als **„Tunneln“** (ebenda, S. 41 ff.). Während „Fokussierung“ etwas Positives ist, ist die Betriebsblindheit aus dem „Tunnelblick“ negativ, denn sie blendet Dinge aus, die wichtig sind. „Der Tunnelblick fördert das Multitasking, weil die Zeitersparnis, die es bringt, innerhalb des Tunnels liegt, während die Probleme, die es erzeugt, oft außerhalb zu finden sind“ (ebenda, S. 50). Die negativen Konsequenzen seien ein Weniger an Lebensqualität, Kreativität und letztlich an Produktivität. Richte sich der „Tunnelblick“ auf Wohlstand und Besitz, werde insbesondere die Kreativität in Mitleidenschaft gezogen. Zu den in diesem Buch zusammengetragenen Ergebnissen passt auch folgender empirischer Befund: Individuen mit starker Orientierung auf die Ziele Wohlstand und Besitz weisen insgesamt ein niedrigeres persönliches Wohlbefinden auf (Kasser et al. 2006).

Nico Paech (2013, S. 45) weist auf den **„Verlust von Selbstwirksamkeit“** hin, den ein materiell überladener Lebensstil mit sich bringe: „Um möglichst viele Dinge und Erlebnisse in unser Leben integrieren zu können, muss alles in bequemer, vorgefertigter und konsumbereiter Form abgerufen werden können. Aber so bleibt kein Raum für eigene Gestaltung oder das „Erfolgs-

²⁴ Neuere Studien zeigen allerdings, dass die Reisezeiten in reichen Ländern eher zunehmen aufgrund der Maximierung der Gelegenheiten (z.B. Zahavi 1979; van Wee et al. 2006).

erlebnis des Selbermachens“. Ähnlich hat bereits Gerhard Scherhorn (1995, S. 155) formuliert: „Immaterielle Befriedigungen beruhen auf einem intensiveren Einsatz des eigenen Bewusstseins, des eigenen Bemühens, oder auf der höheren Qualität eines Erlebens“ und sind daher auf ausreichend Raum und Zeit, auf „Innehalten“ (Heintel 1999) und Hinwendung angewiesen. Insbesondere der **Handlungsnutzen** (Winston 1982), d.h. der Nutzen aus der Beschäftigung mit einer Sache, der produktiven Hinwendung zu einer Aktivität ist auf ausreichend Zeit angewiesen, denn er beruht auf selbstbestimmtem und selbstwirksam empfundenen Handeln. In diesem Zusammenhang ist auch das Ergebnis der motivationstheoretischen Forschung relevant, dass manche Formen finanzieller Belohnungen die intrinsische Motivation von Personen unterminieren, d.h. das positive Erlebnis der eigenen Tätigkeit und Wirksamkeit mindern (Deci et al. 1999). Begründet wird dies durch die „Überbegründetheit“ von Handlungen und damit, dass extrinsische Stimuli schneller und direkter wirken als intrinsische.

3.2 Die Verfahrensdimension der Zeitpolitik (*time politics*)

3.2.1 Strukturen, Prozesse und Methoden

Zeitpolitik wird, wenn überhaupt, eher auf inhaltlicher Ebene debattiert, also im Sinne von Problemlagen, Zielen und Lösungsoptionen. Wie oben argumentiert, kommt es jedoch ebenso auf die „politics“ oder die „governance“ an, also auf **Strukturen, Prozesse und Methoden**, auf die „**Politikpolitik**“²⁵. Für die Entwicklung einer „Kultur der Zukunftsfähigkeit“ wird sogar gefordert, den Schwerpunkt auf diesen Prozessaspekt zu legen (Haderlapp/Trattnig 2013, S. 45). Denn gerade lokale und kommunale Zeitpolitik könne als gesellschaftliches **Demokratisierungsprojekt** gesehen werden (Mückenberger 2012, S. 95, 2013b, c; vgl. MoC AP 4.1 Leggewie/David). Partizipative Aushandlungsprozesse stärkten das „demokratische Immunsystem“ und die Resilienz einer Gesellschaft langfristig (Haderlapp/Trattnig 2013, S. 41)²⁶. Gleichzeitig bedürften diese Prozesse selbst ausreichend Zeit. Dazu sei es auch wichtig, ein weites Begriffsverständnis von Politik zu entwickeln, in welchem sich Berufspolitiker, Zivilgesellschaft, Bürgerinnen und Bürger, öffentliche Verwaltung, Ministerialbürokratie und Wirtschaft als „**Ko-Produzenten von Politik**“ (ebenda, S. 42) betrachten. Ko-Produktion müsse jedoch eingeübt und durch fördernde strukturelle Rahmenbedingungen unterstützt werden: Basisdemokratische Prozesse in Schulen und Bildungseinrichtungen, die betriebliche Mitbestimmung sowie institutionelle Elemente direkter Demokratie seien gute Übungsarenen. Darüber hinaus bedürfe es zum einen organisierter Räume und Zeiten, zum anderen Regeln und Methoden, die das gemeinsame Erarbeiten produktiv machen. Freistellung von der Erwerbsarbeit für politische Teilhabe sowie Demokratie-Cafés in Stadtteilen (Wittmann 2013, S. 81 f.) sind Beispiele dafür, wie Zeiten und Räume für die Entwicklung zukunftsfähiger Lebensstile bereitgestellt werden können.

In Bezug auf Verfahren und Methoden stellt Mückenberger (2012, S. 13-14) in seiner Analyse gesellschaftlicher Zeitkonflikte fest, dass diese „häufig in **unterkomplexer** – also durch fehlende gesellschaftliche Konfliktlösungs-Kompetenz geprägte Weise – ausgetragen“ werden. Am Beispiel der unspezifischen Schleifung des Ladenschlusses zeigt er, wie zeitpolitische Arbeitszeitregulierung bipolar zwischen gewerkschaftlichem Besitzstandsdenken und politischen Branchialentscheidungen stattfindet, geleitet von vorhandenen Machtkonstellationen statt an zeitlichen Bedürfnissen der Betroffenen ausgerichtet. Angemessen wäre jedoch, jenseits der Arbeitgeber-Arbeitnehmer-Verhandlungen über Dauer und Lage von Arbeitszeiten all jene

²⁵ Der Begriff stammt von Reinhard Ueberhorst (1985).

²⁶ Zur Thematik der Resilienz vgl. auch MoC AP 3 (David/Brohmann).

Stakeholder (Kunden, Familien, Verwaltungsangestellte, Dienstleister u.a.) und deren Zeitinteressen in Verhandlung und Entscheidung mit einzubeziehen, die in völlig unterschiedlicher Weise von diesen Zeitregimes betroffen seien und ganz unterschiedliche Wünsche und Bedürfnisse hätten. Für eine „intelligente gesellschaftliche Austragung von Zeitkonflikten“ seien zwei grundlegende Innovationsanforderungen zu stellen: zum einen gesellschaftlich tragfähige Rationalitäts- und Gerechtigkeitsmaßstäbe, zum anderen Verfahren, die den **Stakeholdern Stimme, Verhandlungs- und Entscheidungsmacht** einräumen.

Das Verständnis von Zeitpolitik als ein zentrales Feld für Bürgerbeteiligung wird jedoch auch durchaus skeptisch gesehen.²⁷ Kleine Einheiten seien nicht per se die besten und auch nicht durch ihre „Nähe zum Alltag“ grundsätzlich besonders legitimiert; der Sonntagsschutz oder der Schutz der Ladenöffnungszeiten seien ebenso ein gesamtgesellschaftliches Problem ihrer präferierten Gesamt-Zeitarchitektur.²⁸ Auch würden Zeiten im Interesse der Beschäftigten nicht besser von ihnen selbst oder in kleinen so genannten Betroffenengruppen als auf Tarifvertrags-ebene ausgehandelt; man dürfe die faktischen Machtstrukturen vieler Teil-Arbeitsmärkte (u.a. Einzelhandel, Friseur, Paket-Dienste) nicht ignorieren und die kollektive Ebene um der vermeintlichen Nähe zu den Betroffenen willen umgehen. Denn hier setze sich letztlich der politisch ungefilterte Marktmechanismus und nicht der politische Bürgerwille durch, der sich ja nicht nur „vor Ort“, sondern auch im Grundgesetz und in vielen anderen Gesetzen und Verträgen manifestiere.

Sicher ist jedoch, dass ein solcher **diskursiver Politikstil** (Ueberhorst 1985) Zeit und Rhythmen benötigt, die häufig nicht mit den Zeitmustern politischer Entscheidungsfindung, Legislaturperioden und Wahlzyklen und der Erwartung schneller Erfolge in Einklang zu bringen sind. Die Politik- und Verwaltungspraxis ist meist durch Zeitknappheit gekennzeichnet. Eine solche macht politische Entscheidungen in der Regel weder besser noch demokratischer, da Reflektions- und Rückmeldungsrunden sowie das sorgsame *ex ante* Ausloten von Effektivität, Effizienz und unerwünschten Nebeneffekten aufgrund von Zeitdruck eingespart werden.²⁹ Empirische Studien zeigen, dass die Abgeordneten des Deutschen Bundestags bei weitgehend konstant bleibender Sitzungszeit mehr Gesetze in das Parlament einbringen und verkünden als jemals zuvor. Einer Erhebung aus dem Jahr 2007 zufolge haben 90 % von ihnen „nicht genügend Zeit zum Nachdenken über anstehende Probleme“ (Laux/Rosa 2009, S. 550). In der bereits zitierten österreichischen Interviewstudie (Haderlapp/Trattnigg 2013) wurden wiederholt **Zeitknappheit** und **Kurzfristorientierung** als hemmende „Sachzwänge“ genannt, die eine reflektierte, langfristige Nachhaltigkeitspolitik erschwerten (ebenda, vgl. Kapitel 8). Die Autoren gehen in ihrer Studie der Frage nach, wie – in Ergänzung zur Konzentration auf zeitlich und räumlich nahe Liegendes – „ein Bewusstsein und eine Empathie für spätere und globale Fernwirkungen entwickelt werden kann“ (ebenda, S. 35), welche Logiken im politischen System dies verhindern und was es braucht, um diese zu überwinden. Ansatzpunkte sehen sie im möglichst anschaulich erlebbaren Verdeutlichen von Folgen sowie in „upstream“ Lösungen, bei denen generelle Schutzgüter definiert werden.

²⁷ Hinweis von Jürgen Rinderspacher (März 2014).

²⁸ Überblick über internationale Regelungen zum Sonntagsschutz – und damit nationale Prioritäten – bei Boulin (2013).

²⁹ Als Beispiel wird das Finanzmarktstabilisierungsgesetz genannt: Durch die politisch vorgegebene „gebotene Eile“ (Finanzkrise, Wirtschaftskrise, Börsenkurse) habe eine Machtverschiebung im politischen System Deutschlands stattgefunden: „Dem Bundestag, dessen parlamentarische Prozesse besonders zeitintensiv sind, wurden Kompetenzen entzogen, zugunsten von Exekutive und Expertengremien, die Entscheidungen schneller treffen können“ (Wittmann 2013, S. 78).

In der Politik werden Zeitplanung, Planungshorizonte und Fristsetzungen gezielt eingesetzt, um politische Ziele zu erreichen. In der Forschung zum „Zeitmanagement“ in der Politik wird meist zwischen pragmatischer, auf Nahzielerreichung ausgerichteter **kurzfristiger Politik** und normativer, **zukunftsorientierter langfristiger Politik** („voice of the future“) unterschieden (Gasparini 2004). Letztere bedient sich gerne Methoden vorausschauenden Problemscreenings wie „Forecasting“, „Backcasting“ und „Foresight“ (Steinmüller 2008) sowie Methoden der Beschreibung und Vergegenwärtigung wünschenswerter Zukünfte wie insbesondere der Szenariotechnik (Jégou et al. 2013; Farsang/Reisch 2013). Kurzfristige Politik sei eher in kompetitiven Politikumfeldern zu finden, langfristige Politiken eher in kooperativen (Mortimer/McLeod 2006). Kurzfristorientierung sei zudem grundsätzlich eher bei bürgerbeteiligenden Politikprozessen zu erwarten, da die Menschen eher eigennutzorientierte kurzfristige Gewinne als langfristige gesellschaftliche Vorteile verfolgten (Yang 2006). In einer Demokratie müssten die zukünftigen Generationen „ohne Stimme“ daher durch Langfristorientierung vertreten sein (Jørgensen/Bozeman 2007). Moshe (2010) schlägt eine zusätzliche Dichotomisierung vor, nämlich zwischen „taktischer“ und „strategischer Politikzeit“ (ebenda, S. 320, eigene Hervorh.): **Taktische Politikzeit** bedeutet „taking a specific time-related plan or action aimed at *achieving a defined policy result*“, wobei diese sowohl langfristig als auch kurzfristig und ad hoc eingesetzt werden könne; **strategische Politikzeit** meint „taking a specific time-related plan or action with the aim of *coping better with the uncertainties of the future*“.

Die gezielte **Futurisierung der Politik** durch Vorgabe von Zeithorizonten („Energiewende bis 2022“) ist Teil der langfristigen Politik, hat jedoch auch ein taktisches Element. Auf der einen Seite bedeuten klare zeitliche Erfüllungsdaten Planungssicherheit für die Wirtschaft und Verwaltung, begrenzen die Prokrastination und das Hinausschieben von Problemen auf spätere Legislaturperioden und damit Verantwortliche und mildern so die Gegenwartsorientierung und Diskontierungstendenz. Das Einhalten von „Deadlines“ vermittelt das Gefühl der Zielerreichung, unterstützt die Fokussierung der Aufmerksamkeit (Csikszentmihalyi 1992; Matheson 2007). Die Zukunft auf die Gegenwart herunterzubrechen, ist eine höchst wirksame Strategie der Vergegenwärtigung zukünftiger Problematiken und vorausschauenden Planung von Aktivitäten (Marks et al. 2006, S. 56; Haderlapp/Trattinig 2013).

Auf der anderen Seite wirken die Signale jedoch nur, wenn die zeitlichen Vorgaben glaubwürdig sind, auf robuster empirischer Evidenz beruhen und nicht wiederholt ohne triftigen Grund – wie beispielsweise neue wissenschaftliche Erkenntnisse oder bahnbrechende Innovationen – verändert werden. Weite Bereiche der Klima- und Umweltziele, die in der Regel mit solchen zeitlichen Vorgaben versehen sind, sind aus genau diesen Gründen wenig glaubwürdig und nahezu beliebig geworden. Bei manchen fehlt von vorne herein die wissenschaftliche Grundlage und sie haben mehr den Charakter von Wunschdenken. Häufig bedeutet Futurisierung der Politik einfach, dass die Probleme auf zukünftige Generationen verschoben werden. **Skandalismus** und **Alarmismus** lenken zwar kurzfristig das mediale und öffentliche Interesse auf kritische Entwicklungen und mögen die emotionale Betroffenheit und Motivation zu Verhaltensänderung befördern. Aus der Forschung zum Verlauf und Wirkung von Lebensmittelkrisen und anderen „Skandalen“ ist jedoch bekannt, dass die skandalinitiierte Motivation zu Verhaltensänderung recht schnell abebbt, Skandalisierung längerfristig zu Gleichgültigkeit führt und die Glaubwürdigkeit der „skandalisierenden“ Akteure (der Politik, der Medien, der NOGs) untergräbt.

3.2.2 Politikinnovation „Verhaltensbasierte Regulierung“

Eine Politik, die gesellschaftliche Veränderungen anstoßen will, wird umso effektiver sein, je mehr sie auf empirischem Wissen über tatsächliche Verhaltenstendenzen und Entscheidungsheuristiken von Individuen, sozialen Gruppen und Institutionen aufbaut (Reisch/Oehler 2009; Sunstein/Reisch 2014). Die Begründer der **verhaltensbasierten Regulierung**, Richard Thaler und Cass Sunstein (Thaler/Sunstein 2009), würden formulieren: Eine Politik ist umso effektiver, je mehr sie vom empirisch belegten *Human* ausgeht statt vom modelltheoretisch konstruierten rationalen *Econ*. Dies gilt ganz sicher auch für die zeitpolitische Regulierung. Weitverbreitete und wohl auch evolutionsbiologisch angelegte, „hard wired“ (van Vugt et al. 2014) Verhaltens-tendenzen („Biases“) – wie das Geringschätzen zukünftiger Zustände und die Präferenz für schnelle Gewinne, aber auch das Hinausschieben von Aufgaben und das „kurzsichtige“ Agieren – haben sehr viel mit Zeitwahrnehmung und Handlungsbereitschaft zu tun. Wie Kristof (2010, S. 526) ausführt: „Je weiter das Problem zeitlich und räumlich von der Zielgruppe entfernt ist und je schleichender es auftritt, desto schwieriger ist es, die Veränderungsnotwendigkeit auf emotionaler und inhaltlicher Ebene zu vermitteln“. Diese zeitlichen Biases führen sowohl zu selbstschädigendem Verhalten als auch zu negativen externen Effekten und damit zu gesellschaftlichen Kosten, wie insbesondere die verhaltensökonomische (Mullainathan/Shafir 2013), die umweltpsychologische (u.a.: Swim et al. 2011) sowie die gesundheitspsychologische (Reisch/Gwozdz 2011) Forschung zeigen.

Mittlerweile werden diese verhaltensbasierten „Internalitäten“ in einigen innovativen Politikansätzen – insbesondere in Großbritannien und den USA – bereits bei der Instrumentgestaltung vorab berücksichtigt und getestet, aktuell beispielsweise in der Politik zur Übergewichtsprävention.³⁰ So werden zukünftig zu erwartende, vom individuellen Ernährungs- und Bewegungsprogramm abhängige persönliche Gewichts- und Gesundheitszustände mit Hilfe von Computerprogrammen auf einen möglichst nahen Zeitpunkt „herangezoomt“ und damit den Menschen plastisch visuell veranschaulicht, was eine Verhaltensänderung bewirken könnte und wie die alternative Zukunft aussehe. Diese kontrastierende Visualisierung wird als starker Anreiz empfunden und wird auch in der Klimakommunikation erfolgreich eingesetzt (Van Lange/Joireman 2008). In der Nachhaltigkeitskommunikation wird versucht, Szenarien möglicher Zukünfte zu visualisieren und Schritt für Schritt durch „backcasting“ auf heute notwendige Änderungen in Produktion und Konsum zurückzuführen. Durch Anreize und Voreinstellungen (so genannte „Defaults“) wird versucht, Menschen zum Sparen für ihre Altersvorsorge oder von Energie im Haushalt „anzustupsen“ (Sunstein/Reisch 2014). Natürlich reichen auch eine noch so anschauliche, auf das Heute heruntergebrochene Information und ein noch so wirksamer Default alleine nicht aus; gleichzeitig werden auch politische Rahmenbedingungen zu setzen sein und Strategien zur besseren Kontrollfähigkeit und zum Aufschub von Belohnung vermittelt werden müssen. „Nudging“ ist immer nur eine mögliche Methode in einem umfassenden Politikinstrumentenkasten. Was diese Forschung aber zeigt ist, wie wichtig es ist, dass die systema-

³⁰ Im Mai 2014 hat das US White House – das seit 2013 ein „behavioral insights team“ besitzt – folgende grundlegende Bewertung eines Vorschlags (Impact Assessment) einer neuen Nahrungsmittelkennzeichnung der Food and Drug Administration (FDA 2014) vorgenommen: „Changes in labeling may also assist consumers by making the long-term health consequences of consumer food choices more salient and by providing contextual cues of food consumption. We note that the behavioral economics literature suggests that distortions internal to consumers (or internalities) due to *time-inconsistent preferences, myopia or present-biased preferences*, visceral factors (e.g., hunger), or lack of self-control, can also create the potential for policy intervention to improve consumer welfare“ (White House Document, Impact Assessment, 27.2.2014; eigene Hervorhebung).

tischen Verhaltens“fehler”, die Menschen machen, systematisch bei der Ausgestaltung von Politikinstrumenten berücksichtigt werden.

Das Konzept einer solchen verhaltenswissenschaftlich informierten Regulierung (Thaler/Sunstein 2009; Sunstein 2013, 2014), auch was zeitliche Elemente in Transformationsprozessen angeht, wird außerhalb des angelsächsischen Politikraums immer noch wenig diskutiert. Dabei haben Forschungsfelder wie die Verhaltensökonomik, die empirische Entscheidungsforschung, die Glücksforschung, die Armutsforschung, die Gesundheitsforschung sowie die Neurowissenschaften eindrucksvoll gezeigt, welchen immensen Einfluss die Zeit – ihre subjektive Knappheit, Wahrnehmung, Fristigkeit, Dehnbarkeit – auf Entscheidungen und Verhalten sowie auf das Wohlergehen und die gesellschaftliche Teilhabe von Individuen hat (z.B. Mullainathan/Shafir 2013). In der Transformationsforschung sollten diese Forschungsfelder und darauf basierende Politikansätze des „Nudging“ (Sunstein 2014) daher systematisch genutzt werden. Theoretisch fundierte und konzeptionell gut ausgearbeitete Arbeiten für Verfahren und Methoden einer verhaltensbasierten Politik liegen seit kurzem vor (Shafir 2013; Oliver 2013; Lunn 2014).

4 Zeitpolitik für Transformation: Ansätze, Strategien, Initiativen

Wie die historische Beschäftigung mit Zeit zeigt, ist die Vision einer Gesellschaft mit ausreichend Zeit(wohlstand) keineswegs ein singuläres Phänomen westlicher postindustrialisierter Gesellschaften, sondern kam – von Thomas Morus bis zur Freizeitgesellschaft der Nachkriegszeit – immer wieder in neuem Gewand einher und wurde von unterschiedlichen Akteuren eingefordert und befördert (Fürstenberg et al. 1999; Becker 2006; Rinderspacher 2012; Boulin 2013, S. 23-24). Zeit wurde zu allen Zeiten reguliert, strukturiert und „verteilt“, wenn auch von unterschiedlich legitimierten Akteuren (vgl. Becker 2006). Das heutige Politikfeld „Zeitpolitik“ existiert dennoch eher als Anspruch denn als Realität. Dabei wird Zeitpolitik angesichts aktueller Problemlagen und Entwicklungsbedarfe als „ein Politikfeld der Zukunft“ (Garhammer 1999, S. 511; Weichert 2011) gesehen. Ihre Perspektive ist die der Zeitverwendung, der (Macht über) Zeitressourcen und der Zeitstrukturen einer Gesellschaft; daher ist Zeitpolitik immer Querschnittspolitik in Fachpolitiken, bestimmt von sozialen, ökologischen und ökonomischen Interessen (Reisch 2002, S. 50-51). Für die Transformation zu einer nachhaltigeren Gesellschaft und Wirtschaft bietet sie durchaus Ansatzpunkte. In der Praxis werden die Chancen einer zeitpolitischen Perspektive in der Transformations- und Nachhaltigkeitspolitik jedoch noch wenig genutzt. Die wenigen einflussreichen Debatten wurden oben skizziert.

Das Politikfeld Zeitpolitik ist dabei konzeptionell durchaus skizziert (DGfZP 2003; 2005; Weichert 2011). Ihre Grundbegriffe, Felder, Instrumente und Strategien wurden als Ergebnis einer wissenschaftlichen Auseinandersetzung u.a. in einem „zeitpolitischen Glossar“ festgehalten (Heitkötter/Schneider 2007). Legitimiert und begründet wird sie meist wohlfahrtstheoretisch: Kollektive, wohlfahrtsmehrende Rhythmen und eine nachhaltige Zeitordnung könnten als **öffentliche Güter** verstanden werden, die politisch hervorgebracht werden sollten, wenn sie nicht (mehr) individuell oder vom Markt hergestellt werden können (Henckel 2003, S. 84 f.). Dies gelte insbesondere, wenn diese öffentlichen Güter zu gesellschaftlicher Kohäsion, sozialer Gerechtigkeit und Teilhabe sowie zur ökologischen Nachhaltigkeit beitragen sollen oder auch zum „Guten Leben“ und individuellem Wohlbefinden.

Wie lassen sich die Erkenntnisse für die Nachhaltigkeitspolitik gewinnbringend einsetzen? Welche Strategien, Instrumente und Methoden sind möglich? Gibt es gute Beispiele, an denen man sich orientieren kann und die übertragbar und skalierbar sind? Welche Ansätze sind vielversprechend, werden jedoch noch nur in einzelnen Ländern oder Städten eingesetzt? Welche Rolle spielen kulturelle Faktoren? Im folgenden Kapitel soll tiefer in die Debatten, Strategien, Instrumente und Initiativen einer **Zeitpolitik für Transformation** eingestiegen werden. Einige zukunftsweisende Ansätze, die im Rahmen der Literaturanalyse und in Gesprächen mit Zeitexperten eruiert werden konnten, werden hier skizziert. Dabei wird unterschieden wird zwischen Strategien, die **gesamtgesellschaftlich** ansetzen, solchen, die sich auf **Kommunen** beziehen sowie solchen, die am **Individuum** selbst ansetzen. Dabei schließen sich diese Strategien keineswegs aus, sondern können sich gegenseitig verstärken und ergänzen, wie das Beispiel des finnischen „temporalen Wohlfahrtsstaats“ zeigt.

4.1 Ansätze auf Gesellschaftsebene: Temporale Aspekte von Wohlfahrt und Fortschritt

4.1.1 Das Konzept einer „Öko-Sozialen Zeitpolitik“

Seit den 1990er Jahren wird in Fachkreisen über eine Öko-Soziale Zeitpolitik nachgedacht, und insbesondere im Rahmen der Tutzingener Zeitakademie mit Multiplikatoren und Stakeholdern diskutiert. Die Konturen einer solchen – ökologisch und sozial verträglichen, geschlechter- und generationengerechten – öko-sozialen Zeitpolitik wurden bereits in den 1990er Jahren skizziert (vgl. Held/Geißler 1993, 1995; Hofmeister/Spitzner 1999). Der zunächst sozialwissenschaftliche Diskurs wurde schon früh durch eine naturwissenschaftliche Perspektive erweitert. Insbesondere werden hier die temporalen Elemente fossiler Brennstoffe (Peak Oil) für die gesellschaftlich-wirtschaftliche Entwicklung (Held 2012) sowie die (nicht)nachhaltige Nutzung von Ökosystemen (u.a. des Bodens) (Kümmerer et al. 2010) problematisiert.

Öko-soziale Zeitpolitik beachtet die Grunderkenntnisse aus so unterschiedlichen Forschungsfeldern wie Chronobiologie, Chronopharmakologie, sozialwissenschaftlicher Zeitforschung und interdisziplinärer Forschung zu spezifischen Themenfeldern – wie etwa im neuesten Projekt „Verlust der Nacht“ (Held et al. 2013). Daraus ergeben sich vier **Grundprinzipien**, die für die Zeitpolitik für Transformation direkt anwendbar seien:³¹

- Ein erstes Grundprinzip ist die Beachtung der **temporalen Vielfalt**. Menschen, soziale Gemeinschaften, Orte, Regionen aber auch Ökosysteme, andere Pflanzen- und Tierarten etc. haben ihre Eigenzeiten. Damit sei die Betonung einer einheitlichen Schnelligkeit als normativer Ausgangspunkt nicht länger vereinbar.
- Ein zweites, damit verbundenes Grundprinzip ist die Beachtung der **Rhythmik**, deren Bedeutung am Naturschutz verdeutlicht werden könne. Das Naturschutzgesetz soll dem Schutz von Naturlandschaften und biologischer Vielfalt dienen. Tatsächlich werde bisher temporal betrachtet nur die Hälfte beachtet – der lichte Tag. Räumlich gebe es klare Schutzregeln und -instrumente dazu. Der Schutz der Nacht bedeute aber, den Grundrhythmus des Lebens, die Periodik von lichtem Tag und Nacht zu beachten und die andere Hälfte, Nachtlandschaften und nachtaktive Tiere gleichermaßen zu schützen (Held et al. 2013).
- Ein drittes Grundprinzip ist die Beachtung „**angemessener Geschwindigkeiten**“ in ökologischen und sozialen Systemen; denn diese besäßen jeweils eigene Eigen- und Systemzeiten („Zeitmaße“) (Held 1993, S. 12). Die bisherigen, rein auf Schnelligkeit setzenden Politiken, könnten damit weiter entwickelt werden. Dies betreffe beispielsweise die Methodik der Verkehrs-Kosten-Nutzen-Analysen, die wiederum Grundlage der Bundesverkehrswegeplanung sind. Dies betreffe auch die Entwicklung urbaner Räume, da damit die Privilegierung und Priorisierung hoher Geschwindigkeiten, die lange Zeit vorherrschend waren, systematisch weiter entwickelt werden könnten. Ein Beispiel für eine konkrete Umsetzung sei die rechtliche Absicherung von geschwindigkeitsreduzierten Begegnungszonen, wie sie in der Schweiz bereits besteht³².
- Ein viertes Grundprinzip betrifft die Beachtung der **thermodynamischen Gesetze**. Die Rohstoffpolitik könne damit systematisch weiter entwickelt werden, da nicht länger nur

³¹ Folgender Abschnitt von Martin Held (schriftliche Kommunikation im März 2014). Überwiegend deskriptiver Überblick des Forschungsfeld auch in Weichert (2011, S. 104-115).

³² In der Verkehrsraumplanung sind „Begegnungszonen“ solche (städtischen) Zonen, in welchen die Geschwindigkeit auf 20 km/h beschränkt ist, ein Vortrittsrecht für Fußgänger besteht und außerhalb der markierten Felder nicht geparkt werden darf (TCS 2008).

Annäherungen wie Ressourceneffizienz bezogen auf bestimmte Produkte und Recyclingquoten beachtet würden, so wichtig diese als Einstieg seien. Vielmehr würden die grundlegenden temporalen Aspekte, die zeitliche Entwicklung der Erzgehalte für die wichtigen Metalle ebenso einbezogen wie die Dissipationsraten. Dies sei für die Große Transformation grundlegend: Die Konzentration vieler Metalllagerstätten nehme in der Tendenz stark ab. Bei vielen kritischen Metallen sei eine sehr rasche Dissipation zu verzeichnen. Damit würden eine zukunftsfähige Sicherung der mineralischen Grundlagen des Wirtschaftens und damit die anstehende Transformation gefährdet.

4.1.2 Zeitbewusste Technologie- und Innovationspolitik

In der Innovationspolitik werden Phasen, richtiges Timing und günstige Zeitfenster traditionell als wichtige Erfolgsfaktoren gesehen. Es ist bekannt, dass technische und soziale Innovationen durch fördernde Strukturen – auch: Zeiten, Räume, Teilen von Wissen in Clustern – unterstützt werden können. Aus der **Pionierforschung** sind Bedingungen erfolgreicher Diffusion von Pilotprojekten und Nischen bekannt. Dazu gehören zeitliche Faktoren wie das Nutzen von Gelegenheitsfenstern oder Umbruchssituationen sowie das richtige Timing (vgl. Kapitel 2; AP 1, 7.2.6). Eine wichtige Voraussetzung für gelingende Innovationen und eine „demokratie-gerechte Technologiepolitik“ sei zudem das Einhalten einer **fehlerfreundlichen Innovationsgeschwindigkeit** (v. Weizsäcker 1998, S. 171 ff.). Kritisch sei dagegen eine Geschwindigkeit, jenseits derer es regeltechnisch und lerntheoretisch schwierig werde, die Innovationsrichtung sinnvoll zu steuern. Hochgeschwindigkeit und Pausenlosigkeit, so der Verdacht, erschwere die Steuerung und unterminiere ein zentrales Prinzip von Innovation und Fortschritt: das **Prinzip von Versuch und Irrtum**. Ohne Phasen langsamerer Entwicklung „fehlt die Zeit, um Wirkungen zu verstehen und zuzuordnen, also Irrtümer, Fehler ebenso wie gelungene Veränderungen zu verstehen“ (ebenda, S. 178). Die hohe Geschwindigkeit der technischen Entwicklungen stehe im krassen Widerspruch zur Langsamkeit des politischen und gesellschaftlichen Diskurses. Eine vorsorgende Gesellschaft müsse jedoch für kommende Generationen eine maximale **Zukunfts-offenheit** an Optionen erhalten (Adam 1998; Spitzner 1999). Dies gelte besonders für Technologiepfade, die sich durch Nichtumkehrbarkeit (wie: Gentechnologie) oder langsam sich kumulierenden Allmählichkeitsschäden auszeichnen. Niedrigschwellige Frühwarnsysteme seien eine Antwort.

4.1.3 Der nordische „temporale Wohlfahrtsstaat“

Wie oben dargestellt wird Zeitwohlstand in wohlhabenden Nationen zum Faktor für Lebensqualität (Garhammer 1994, 1999; Rinderspacher 2002). Trotz unumstrittener Bedeutung des gesellschaftlichen und strukturellen Kontexts für die Lebensqualität werden Zeitfragen jedoch eher individualisiert und so politisch neutralisiert. Dem stehen Versuche gegenüber, „objektive“ Indikatoren der Lebensqualität zu entwickeln, deren Anfänge in die 1950er Jahre nordischer Wohlfahrtspolitik zurückreichen (u.a. Myrdal 1945; Erikson et al. 1987) und bis heute dort einen hohen Stellenwert einnehmen (z.B. Goodin et al. 2004). So wird in Finnland ein „temporaler Wohlfahrtsstaat“ propagiert, in dem jeder die Freiheit oder „zeitliche Autonomie“ haben sollte, „to spend one’s time as one will, outside the necessities of daily life“ (Goodin et al. 2004, S. 531; Jalas 2012).

Auf Grundlage finnischer Zeitverwendungsdaten haben Goodin und Kollegen (2004) untersucht, ob der finnische temporale Wohlfahrtsstaat tatsächlich existiert und wer (Einkommensgruppen, Geschlechter, Altersgruppen) über wieviel frei „verfügbare Zeit“ verfügt. Im Ergebnis stellen sie fest, dass insbesondere Steuern, Transferleistungen und Subventionen für Kinderbe-

treuung – und damit **Instrumente indirekter Zeitpolitik** – in der Tat dafür sorgen, dass Finnland „temporally egalitarian“, „temporally pro-children“ und „temporally encouraging of labour force participation“ sei (ebenda, S. 544). Durch diese Instrumente sei gesichert, dass arbeitende Eltern pro Woche circa zehn Stunden verfügbare Zeit hätten – und damit der Anreiz für Eltern, gar nicht oder nur geringfügig nicht erwerbstätig zu sein, gering sei. Dies trage zur sozialen Kohäsion und gesellschaftlichen Teilhabe bei. Dieser Ansatz ist insofern richtungsweisend, als – bei vollständiger Freiheit der Zeitverwendungsentscheidungen der Individuen – die Rahmenbedingungen durch finanzielle Anreize und Disincentives vor dem Hintergrund eines gesellschaftlichen Ziels „Temporale Wohlfahrt für alle“ politisch „top down“ gestaltet werden und damit zeitpolitisch wirken (Goodin 2001).³³ Vor dem Hintergrund des nordischen temporalen Wohlfahrtstaats ist es wenig erstaunlich, dass sich in den 1990er und 2000er Jahren im Rahmen von „Agenda 21“-Prozessen „bottom up“ ebenfalls Initiativen um die Frage des richtigen, wohlfahrtsgerechten Tempos von Leben und Arbeiten gebildet haben (Jalas 2012).

4.2 Ansätze in Kommunen: Lokalisierung der Governance

Kommunen sind wichtige Akteure der Transformation (Loske 2013). Ausgehend von Italien („tempi della città“) und sich ausweitend über Deutschland, Frankreich, Spanien, Irland und Finnland wird die Lokalisierung der Zeit-Governance auf lokaler und kommunaler Ebene seit einiger Zeit erprobt und europaweit politisch gefördert. Bekannte Beispiele für eine solche zeitpolitische Regulierung auf lokaler Ebene sind (Eberling/Henckel 1998, 2000b; Mückenberger 2000, 2011, 2012; Boulin/Mückenberger 2001; Radoccia 2013; vgl. auch Annex):

- **Zeitleitpläne:** Flächennutzung, Verkehrssystem und Öffnungszeiten der Dienstleister in einer Kommune werden aufeinander abgestimmt. Das Ziel ist nicht nur die Steigerung von Effizienz der öffentlichen Verwaltung, sondern die Mehrung der individuellen zeitlichen Gestaltungsmöglichkeiten der städtischen Bevölkerung im Alltag.
- **Lokale Mobilitätspakte:** Bürgerinnen und Bürger schließen mit der kommunalen Leitung und den Verkehrsbetrieben eine Vereinbarung über Mobilitätsangebote ab. Dies ermöglicht der Bevölkerung, eigene Alltagszeiten, die städtische Zeitgestaltung und die Transport- und Verkehrszeiten miteinander zu vereinbaren.
- **Lokale Zeitbüros** in städtischen Verwaltungen: Aufgabe der Zeitbüros ist, die Öffentlichkeit, Verwaltung und Unternehmen für zeitpolitische Konflikte zu sensibilisieren, zeitliche Interessen zu eruieren und zu sammeln und zwischen Zeitansprüchen vermittelnde Lösungsoptionen zu entwickeln.

Bei diesen Initiativen geht es in erster Linie darum, **Synchronisationsdefizite** zwischen lokalen Fahr-, Öffnungs- und Kinderbetreuungszeiten zu bewältigen. Ferner sollen auch insgesamt die Wege verkürzt werden („Stadt der kurzen Wege“) und das berufsbedingte Pendeln reduziert werden. Denn wie die Gesundheitsforschung zeigt, steigen mit zunehmender Pendeldistanz die Gesundheitsbelastungen (Hansson et al. 2011) und es sinkt die Lebenszufriedenheit (Stutzer/Frey 2008). Zudem geht es um das Organisieren **angemessener Geschwindigkeiten** und damit einer bedarfsgerechten „Be- und Entschleunigungspolitik“. Aufgabe sei das Schaffen von „Chronotopen“, also zeitlichen Lebensräumen, in denen Schnelles und Langsames seinen Raum

³³ Ganz in der Tradition nordischer Wohlfahrtsstaatsstaaten zeichnet sich Finnland durch hohe Steuern und damit hohe Umverteilung, eine stark aktivierende Arbeitsmarktpolitik sowie eine starke Frauen- und Familienorientierung der Arbeits- und Lebenswelt aus. Dies mag die Übertragbarkeit dieses Ansatzes auf andere Länder begrenzen.

hat (Baeriswyl 2000, S. 203). Darüber hinaus geht es in der **Slow City**³⁴-Bewegung um die Sensibilisierung für unterschiedliche Geschwindigkeiten, die Wertschätzung von Reife- und Entwicklungsprozessen bei Produkten, Gastfreundschaft und kulturelle Identität sowie um die Umweltpolitik – und damit um ein umfassendes Konzept von Lebensqualität von Städten (BMVBS 2013).

Einen anderen Schwerpunkt haben Initiativen, die sich – in der Regel auf lokaler Ebene – für Zeitregimes einsetzen, die **Zeit-Räume für Eigenproduktion**, kollaborativen Konsum (Schor/Fitzmaurice 2014), Peer-Produktion (Benkler 2006; Siefkes 2012), Nutzungsintensivierung durch Gemeinschaftsnutzung und Nutzungsverlängerung wider die Produktobsoleszenz eröffnen. Eng damit verbunden sind die oben bereits skizzierten postmateriellen Lebensstile der „**sharing economy**“, die in erster Linie moderne Subsistenz (Jalas 2012; Schor/Fitzmaurice 2014) und Suffizienz (Scherhorn 2000; Heyen et al. 2013) verfolgen.³⁵ Auch für diese Eigenproduktion bedarf es nicht nur der Zeit, sondern auch geeigneter Räume wie offene Werkstätten und Reparatur-Cafés, Häuser der Eigenarbeit sowie Gemeinschaftsgärten und Flächen zur urbanen Landwirtschaft (vgl. Syntheseteam 2013).

In Bezug auf Verfahren und Prozesse ist allen diesen Ansätzen eine **Kultur der Mitbestimmung** gemeinsam, beruhend auf Partizipation und Kooperation, Aushandlung und Gegenseitigkeit. Um den vielfältigen Zeitinteressen und -konflikten gerecht zu werden, sollen Problemlösungen in partizipativen Aushandlungsverfahren zwischen Zivilgesellschaft, Verwaltung und Wissenschaft, Bürgern und Unternehmern gesucht werden. Mückenberger (2012, S. 89 f.) bezeichnet dies als neue Form des „**zivilen Dialogs**“ als **Regulierungsmodus**. Damit dieser Dialog nicht in Schein-Partizipation und ohne Ergebnisse endet, muss nicht nur ausreichend Zeit dafür vorgesehen werden, sondern müssten auch Aushandlungs-, Dialog- und Rückkopplungsmethoden verbessert werden. Dazu kann auf Verfahren und Methoden zurückgegriffen werden, die beispielsweise in der „**Transition Town**“³⁶-Bewegung zum Kulturwandel und Energiewende und anderen Stadtentwicklungsprojekten erprobt wurden, etwa Bürger-Räte, Bürgerbüros und die Mitbestimmung über Bürgerbudgets. Die Selbstorganisation der Bürgerinnen und Bürger sollte unterstützt werden, z.B. durch den Zugang zu Infrastruktur (wie: Zeitbüros) aber auch Engagement freundliche Regelungen von ehrenamtlicher „informeller“ Arbeit.

4.3 Ansätze auf individueller Ebene: Temporale Konsumkompetenz

Auch auf individueller Ebene werden Ansätze diskutiert, wie ein bewusster und Wohlfahrt und Wohlstand fördernder Umgang mit Zeit gelernt werden und gelingen kann. Als „temporale Kompetenz“ bezeichnet Meyer (2001, S. 27) „die Fähigkeit, dem alltäglichen Lauf der Dinge eine Struktur zu geben, die angemessen ist und die Bedürfnisse der im Alltag in einem Privathaushalt zusammenlebenden Menschen befriedigt“. **Zeitkompetenzen** sind zum einen jene Kompetenzen, die in der Literatur so genannten **Zeitpionieren** zugeschrieben werden (Hörning et al. 1990, S. 141), nämlich „eigene Zeitstrukturierungsleistungen auszubilden und in die Alltagsgestaltung einzubringen“. Zeitpioniere haben eine ausgeprägte Sensibilität für Zeit, ein ausgeprägtes Streben nach Zeitautonomie und ein reflexives Zeitbewusstsein (ebenda), sowie eine hohe „Fähigkeit der Zeitverwendung“ („*capacity to spend time*“) (Goodin 2010). Zum anderen zeigt sich Zeitkompetenz auch in der Fähigkeit, eigene legitime Zeitbedürfnisse mit denen anderer Menschen in zahlreichen sozialen Umfeldern – in der Familie und Schule und im Betrieb – stimmig in Einklang zu bringen. **Zeitliche Empathie** und soziales Einfühlungs-

³⁴ Vgl. <http://www.cittaslow-deutschland.de/>

³⁵ Vgl. z.B. die "Sharing City Seoul" Initiative: <http://www.sustainablecities.eu/local-stories/seoul-city/>

³⁶ Vgl. <http://www.transition-initiativen.de/>

vermögen, auch Ambiguitätstoleranz sind hier zentrale Stichworte; die gemeinsame Familienmahlzeit ist mittlerweile von der „alten Last“ zum Symbol des gelungenen Zeitarrangements und der „neuen Lust“ (Schönberger/Methfessel 2011) geworden.

Auch in der Konsumforschung wird neuerdings von der „**temporalen Konsumkompetenz**“ (Galak et al. 2011, 2013) gesprochen. Diese hänge eng mit der Fähigkeit zur Selbstkontrolle und Selbstregulation zusammen. Viele Menschen unterlägen zudem der Fehlannahme, dass unentwegter Genuss (von Essen, Musik, Beziehungen u.a.) befriedigend sei; tatsächlich trete der Sättigungspunkt jedoch bei häufigem Genuss viel früher ein und die Befriedigung sinke (Galak et al. 2013). Durch – freiwillige oder vorgegebene – längere Konsumintervalle, d.h. einer **Verlangsamung des Konsums** und gezielter Pausen, könne dagegen die Befriedigung gesteigert werden, und zwar bei gleichbleibendem Einsatz der befriedigenden Güter (und damit: bei gleicher Kalorienzahl, bei gleichem Umweltverbrauch). Strategien zur Verlangsamung des Konsums seien unter anderem (ebenda, S. 1007): Aufklärung und Beratung der Konsumenten über die Vorteile langsameren Konsums, gekoppelt mit wiederholtem Feedback und Erinnerungen; Aufklären über grundlegende „Verhaltenstendenzen“ wie Gegenwartspräferenz; „Nudging“ durch entsprechende Defaults, beispielsweise in Form von standardmäßig kleinen Portions- und Packungsgrößen (z.B. „100 Kalorien Portionen“); das Erlernen von Zeitkompetenz und Selbstregulierung bereits in der Kindheit.

Ganz im Sinne eines **Befähigungsansatzes** schlägt Marcel Hunecke (2013) Beratungs- und Coachingprozesse in Schulen, Hochschulen, NPOs, Gemeinwesen und Unternehmen vor, um die **sechs psychischen Ressourcen** für einen kulturellen Wandel zu nachhaltigen Lebensstilen (Genussfähigkeit, Selbstakzeptanz, Selbstwirksamkeit, Achtsamkeit, Sinnggebung und Solidarität) durch gezielte Maßnahmen zu stärken. Die Stärken des Coachingansatzes lägen darin, „freiwillige und eigenverantwortliche Veränderungsprozesse einzuleiten, die insbesondere Personen erreichen, die im Sinne der sozialen Diffusionstheorie von Rogers (2003) als innovative Multiplikatoren („change agents“) einen kulturellen Wandel anstoßen und unterstützen können“ (Hunecke 2013, S. 44).

Über diesen individuellen Befähigungsansatz muss auch – gerade unter dem Zeitaspekt – für die **Entlastung** der Konsumenten von immer neuen trivialen Entscheidungssituationen gesorgt werden. Will man nachhaltigen Konsum fördern, sollten Verbraucher nicht permanent mit inferioren Zeitverwendungsnotwendigkeiten konfrontiert werden, sondern einfache, glaubwürdige, leicht zugängliche nachhaltigere Produktalternativen überall vorfinden (Sunstein 2013). Zeitliche Überlastung ist eine der wesentlichen Gründe für suboptimale Konsumententscheidungen (Mullainathan/Shafir 2013).

5 Rückschau und Empfehlungen

Vor dem Hintergrund des hier dargestellten Diskussionsstands sollen nun erste Überlegungen zu möglichen ersten Schritten für eine **Zeitpolitik für Transformation** angestellt werden. Dabei sind die Grenzen dieses Diskussionspapiers zu beachten: Eine systematische Herleitung und Begründung einer Zeitpolitik für Transformation sowie eine vollumfängliche Darstellung der Empirie und bestehender Initiativen wäre Aufgabe eines länger angelegten wissenschaftlichen Projekts. Vielmehr ist das Papier – und insbesondere dieses Kapitel – eine Einladung an alle Stakeholder, auf Grund der hier geleisteten Darstellung von Optionen und Initiativen sowie der Versuche der Einordnung und Systematisierung gemeinsam über zeitpolitische Akzente nachzudenken, die die gesellschaftliche Transformation in Richtung Nachhaltigkeit befördern.

5.1 Rückschau

Im vorliegenden Papier wurden zwei Ebenen unterschieden: zum einen die **prozessuale** Komponente von Transformation, d.h. das „Wie?“ der Veränderung; zum anderen die **materielle Zielebene**, d.h. das „Was?“ und das „Wohin?“. Dabei wurde sowohl deskriptiv aus Perspektive der **Transformationsforschung** vorgegangen als **auch normativ** im Sinne einer **transformativen Forschung**.³⁷ Für beide Ebenen – Zeit als Rahmenbedingung als auch als Gestaltungsvariable – wurden sowohl konzeptionelle Ansätze als auch die vorhandene empirische Basis zusammengetragen und systematisiert. Ergänzt wurde dies durch Hinweise auf praktische Initiativen und gute Beispiele, die sich vor allem in den **Gestaltungsfeldern Zeiten der Stadt, Zeit für Familie, Arbeitszeiten und Zeiten für Bildung** (Aus-, Weiter-, lebenslange Bildung) finden (vgl. auch den Annex). Alle diese Gestaltungsfelder haben gemeinsam, dass sie eng mit Wohlbefinden und einem breit verstandenen Wohlstand verknüpft sind, und damit auch eng mit dem Transformationsdiskurs. Diese Felder wären damit auch ideale inhaltliche Ansatzpunkte für die zeitpolitische Gestaltung.

Das Politikfeld Zeitpolitik ist noch ein junges und wird sowohl intern – beispielsweise in der DGfZP – als auch extern intensiv debattiert. Für die Anwendung zeitpolitischen Wissens im Sinne des Beratungsauftrags scheint die zunächst entscheidende Frage zu sein, wie heute die Bedeutung und damit auch die **Legitimität zeitpolitischer Elemente in der Nachhaltigkeits- und Transformationspolitik** – zunächst in diesen Gestaltungsfeldern, aber auch darüber hinaus – gezeigt und gestärkt werden kann. Dazu gilt es vor allem zu klären:

- Wie lässt sich eine empirische Basis generieren für **evidenzbasierte Zeitpolitiken** in den jeweiligen Gestaltungsfeldern, und damit in den jeweiligen politischen Ressorts? Was liegt bereits vor (z.B. aus der Zeitbudgetforschung), was müsste noch besser untersucht werden (z.B. Evidenz bezüglich des Zusammenhangs zwischen Einkommen, Umweltverbrauch und Arbeitszeit sowie der Arbeitszeit-Rebounds)?
- Wie sähe eine **zeitbewusste Politik** – im Gegensatz zu einer „zeitvergessenen“ – konkret im Gestaltungsfeld aus? Sollte man beispielsweise auf Makroebene den „temporalen Wohlfahrtsstaat“ nordischer Staaten zum Vorbild nehmen? Welche Chancen liegen in zeitpolitischen Innovationen wie dem „Zeit Mainstreaming“ (vgl. unten)?

³⁷ Wie oben (vgl. 1.2) ausgeführt, wird in der Forschung unterschieden zwischen *deskriptiver Transformationsforschung* (Wie verlaufen die Prozesse und welche systemischen Einflussfaktoren gibt es? Was sind Treiber und Hemmnisse? u.a.) und *normativer transformativer Forschung* (Wie müssten zeitbewusste nachhaltige Lebensstile aussehen? Welche Strategien für erfolgreiche Diffusion gewünschter Verhaltensmuster und technischer Innovationen gibt es? u.a.). Vor allem Letztere hat unmittelbar politischen Bezug.

- Welche **Sektorpolitiken** würden besonders von zeitbewusster Politik profitieren? Durch welche bestehenden Institutionen könnte man sie jeweils unterstützen? Welches sind die jeweils geeigneten Governance-Ebenen und verantwortlichen „Treiber“ der Prozesse (u.a. Gewerkschaften, Nachhaltigkeitsakteure, Gleichstellungsbeauftragte?)
- Wo ist **Partizipation der Betroffenen** bei der Gestaltung der Zeitpolitiken das Mittel der Wahl, wo sollte es (demokratisch legitimierte) „top-down“ Entscheidungen über Zeitregimes geben? Welches sind jeweils wirksame Prozesse? Wie kann Zeitpolitik zur Stärkung von Demokratie und Resilienz einer Gesellschaft beitragen?
- Wie sähe eine **problemadäquate Be- und Entschleunigungspolitik** aus? In welchen Bereichen (wie: technische und soziale Innovationen) sollte sie zum Einsatz kommen? Welches sind die Bereiche, in denen Eile angesagt ist (z.B. bei der Klimapolitik), wo sollten dagegen Entwicklungen auf fehlerfreundliche, lernkurvenermöglichende Geschwindigkeiten reduziert werden – und wie kann das gelingen?
- Wie lässt sich das Narrativ des Zeitwohlstands mit dem aktuellen „**Dialog über das gute Leben**“ verbinden, wie mit den bestehenden Zielen und Instrumenten der **Nachhaltigkeitspolitik**?

Solche zentralen „issues“ im Sinne eines „scoping“ im gesellschaftlichen Diskurs zu klären, könnte der Anfang einer breit akzeptierten und wirksamen Zeitpolitik für gesellschaftliche Transformation sein. Inhaltlich ist Zeitpolitik immer **Querschnittspolitik** und damit auch von der Entwicklung im jeweiligen Politikfeld (etwa: Beschäftigungspolitik; Urbanisierungspolitik) abhängig. Entsprechend werden sich die zeitpolitischen Schwerpunkte immer weiterentwickeln und auf sich wandelnde Bedingungen und Bedürfnisse reagieren.

Als einen konkreten Beginn werden im Folgenden **drei Ansatzpunkte** für Prozesse und Inhalte vorgeschlagen. Diese wirken gleichzeitig in unterschiedlichen Arenen – der Gesellschaft, der Politik und der Wissenschaft – und können sich gegenseitig befruchten:

1. Initiierung eines breiten **gesellschaftlichen Diskurses** über die Rolle von Zeit für das „Gute Leben“;
2. Etablieren von **zeitpolitischen Arenen, um Strategien und Instrumente** auf allen Governance-Ebenen und diversen Politikfeldern zu entwickeln;
3. Unterstützung der **transdisziplinären und transformativen Zeitforschung** in enger Koordination mit der Nachhaltigkeits- und Transformationsforschung, um die notwendige empirische Evidenz für eine effektive Politik zu generieren.

5.2 Wohin und Weshalb? Diskurs über Zeit und Gutes Leben

Das Thema Zeit in den hier aufgeführten Facetten sollte *erstens* integraler und expliziter Teil eines erweiterten **Zukunftsdialogs** der Bundesregierung sein. Gleichzeitig sollten auf unterschiedlichen Ebenen (Stadtteilen, Kommunen, Ländern u.a.) und durch unterschiedliche Mediatoren initiiert (Stiftungen, Institutionen der politischen Bildung, Gewerkschaften, NGOs, öffentliche Verwaltung etc.) **Diskurse** über die Rolle von Zeit und das „Gute Leben“ auf dem Weg in eine nachhaltige Gesellschaft und Wirtschaft stattfinden. Um Partikularinteressen geleitete Lösungen zu vermeiden, ist die Beteiligung einer Vielfalt von Akteuren unabdingbar. Inhalte und Ziele solcher lebensqualitätsorientierten bürgerbeteiligenden Dialoge wären:

- Eruieren und Offenlegen von Zeitkonflikten und zeitlichen Problemlagen (individuell, lokal, gesellschaftlich);
- Analyse der und Sensibilisierung für Eigenzeiten von Systemen und Organisationen;

- Offenlegung der Zeitlogiken unterschiedlicher Akteure;
- Entwicklung von attraktiven, wohlfahrtsmehrenden Leitbildern und (individuell, gesellschaftlich) wünschenswerten Zukünften, u.a. durch Szenarien;
- Sensibilisierung für zeitpolitische Fragen und Begründung von Zeitpolitik;
- Verdeutlichen der Gestaltungsmacht und Veränderbarkeit von Zeitregimes jenseits festgefahrener Strukturen und „lock-ins“;
- lokale Zeitpolitik als Demokratisierungsprojekt.

Wie oben gezeigt, finden solche Diskurse in Wissenschaft und Gesellschaft durchaus statt; sie werden jedoch entweder individualisiert und damit entpolitisiert, sind auf enge Fragestellungen (wie Arbeitszeiten) begrenzt oder werden nicht mit dem Ziel der Transformation zu einer nachhaltigeren Gesellschaft und Wirtschaft verbunden.

Das UFOPLAN-Projekt „Fachdialoge Deliberative Demokratie: Analyse Partizipativer Verfahren für den Transformationsprozess“ hat Möglichkeiten zur Praktizierung qualitativ guter Bürgerbeteiligung erarbeitet (Alcántara et al. 2014). Es liefert wertvolle Hinweise für sowohl sozial und ökologisch gerechte als auch demokratisch legitimierte Politikgestaltung in jeweils passgenauen Formaten und Arrangements.

5.3 Wer und wie? Zeitpolitik als Ko-Produktion und Demokratieprojekt

Politische und subpolitische Akteure auf unterschiedlichen Governance-Ebenen sollten *zweitens* zeitpolitische Ansätze als **Querschnittsthemen in den relevanten Fachpolitiken** – Familien-, Gesundheits-, Verbraucher-, Ernährung-, Umwelt-, Bildungs-, Technologie-, Verkehrs-, Stadt-, Arbeitsmarktpolitik – einbringen und entsprechende bereichsspezifische zeitpolitische Strategien und Instrumente entwickeln. Vinz (2005) schlägt in Anlehnung an das „Gender Mainstreaming“ ein **Zeit Mainstreaming** in allen Politikbereichen vor. Dabei geht es um eine Reorganisation, Entwicklung und Verbesserung von Entscheidungsprozessen mit dem Ziel, die zeitpolitische Perspektive auf allen Ebenen und in allen Bereichen durch die beteiligten Akteure zu sichern. Eine zeitpolitische Perspektive und zeitpolitische Instrumente werden in den meisten Fachpolitiken neu und vielleicht auch überraschend sein; gerade dadurch besteht vielleicht die Chance, neue Ziele und Narrative in die Diskussion einzubringen und damit eingefahrenen Konflikten eine neue Wendung zu geben. Der bislang fragmentarische Charakter von Zeitpolitik könnte so gebündelt werden und zum selbstverständlichen Bestandteil werden (ebenda). Letztlich soll der Zeit-Mainstreaming Ansatz die Perspektive für Zeitbelange erweitern und die Implementierung von Zeitpolitik legitimieren und erleichtern. Eine solche Zeitpolitik sollte ihr zeitpolitisches Instrumentarium *ex ante*, *ex interim* und *ex post* auf seine Effizienz und Effektivität sowie auf unerwünschte Nebenwirkungen überprüfen. Denn jede Veränderung der Zeitstrukturen – ob Öffnungs- oder Arbeitszeiten, Schul- oder Verkehrszeiten – hat Auswirkungen auf andere Zeiten, die im Idealfall erkannt und politisch mitverhandelt werden sollten.

Eine Hilfe können hier innovative Methoden wie **Zeitverträglichkeitsprüfungen** (Müller 1998, S. 236; Rinderspacher 2003a) und **Zeitfolgenabschätzungen** (Vinz 2005, S. 226; Rinderspacher 2003b) sein. Mit solchen freiwilligen Top-Down-Instrumenten könnten Zeitlagen, -interessen und -konflikte festgestellt und offen gelegt und Auswirkungen von politischen Entscheidungen und Instrumenten auf Zeitstrukturen abgeschätzt werden. Ebenso denkbar sind zeitpolitische Institutionen wie **Zeitbeauftragte** (den Bundesbeauftragten für Datenschutz und Informationsfreiheit nach empfunden, allerdings noch ohne gesetzliche Grundlage) oder auch ein **Zeitbeirat**, der die Bundesregierung in zeitpolitischen Fragen berät (Burzan/Rinderspacher 2006).

Auch Optionen **rechtlicher Zeitpolitik** – wie in Italienischen Kommunen installiert und jüngst vom Europarat (2010) angeregt – sollten geprüft werden (vgl. Annex).

Um ein wie auch immer gestaltetes „Recht auf Zeit“ rechtlich zu verankern, bedarf es zudem eines belastbaren **Indikatorensystems** für Zeitwohlstand. Diskutiert wird u.a. in der DGfZP über einen **Bericht zur zeitlichen Lage der Nation**³⁸, der solche Indikatoren enthalten könnte und insbesondere Zeitlagen und -konflikte empirisch beschreiben und offenlegen könnte. Wie in der Diskussion um Zeitwohlstand oben gezeigt (vgl. 3.1.2), bestünde beispielsweise die Möglichkeit, den **Indikator „verfügbare Zeit“** als einen integralen Bestandteil eines Wohlfahrtskonzepts zu konzipieren und eine Art international gültigen „Mindeststandard“ an Verfügung über die Ressourcen *Geld und Zeit* für unterschiedliche gesellschaftliche Gruppen zu definieren (Goodin et al. 2008). Zu prüfen wären dann auch die Vor- und Nachteile dafür, einen solchen Indikator in die **Deutsche Nachhaltigkeitsstrategie** aufzunehmen, beispielsweise als Indikator für „Lebensqualität“ oder für „sozialen Zusammenhalt“ (Statistisches Bundesamt 2012). Damit folgte man dem internationalen Trend, Nachhaltigkeitspolitik zu einer breit definierten lebensqualitätsorientierten Wohlstandspolitik auszubauen, und damit aber auch Gefahr zu laufen, an – häufig eingeklagter – Konzeptstärke zu verlieren.

Wie oben dargelegt, sind zeitbewusste Politik und Zeitpolitik jedoch keineswegs nur Sache des Staates (also: Berufspolitik, Ministerialbürokratie, Regierung, öffentliche Verwaltung, Kommunen u.a.) und „top down“, sondern – nicht zuletzt aufgrund der unmittelbar individuellen, lokalen und kommunalen Wirkung – ebenso „politics of the market place“ und der nicht-staatlichen Subpolitik (vgl. Weichert 2011, S. 213 ff.; Henckel/Thomaier et al. 2013). Zeitpolitik ist grundlegend auf die **Partizipation und „Ko-Produktion“** von Bürgerinnen und Bürgern, auf die (organisierte) Zivilgesellschaft sowie auf die organisierte Wirtschaft und Sozialpartnerschaft (Gewerkschaften, Verbände) angewiesen. In **Zeitpakten** oder **Zeitnetzwerken** wie in der urbanen Zeitpolitik (vgl. Annex) begleiten gesellschaftliche Akteure nicht mehr nur beratend Politikprozesse, sondern wirken bei der Verhandlung, Beschlussfassung und Umsetzung aktiv mit. Eine solche **„bottum-up“ Zeitpolitik** entsteht jedoch kaum von allein. Sie bedarf adäquater **partizipativer Verfahren** sowie geeigneter **Plattformen und Institutionen**, wie sie auf kommunaler Ebene bereits erprobt werden. Auch die **Leitmedien** spielen eine große Rolle und sind als Agenda-Setter vor allem durch ihr Framing von Themen und Problemlagen meinungsbildend (Callaghan/Schnell 2001).

5.4 Realitätscheck und Evidenzbasierung: Transformative Forschung

Bei der Konzipierung, Erprobung und Evaluierung von Zeitpolitik wäre *drittens* ein interdisziplinär und **transdisziplinär** (d.h. mit Praxisakteuren und konkreten Anwendungen arbeitendes) sowie **transformativ ausgerichtetes Forschungsprogramm** nützlich. Hier könnten zeitpolitische Fragen theoretisch und empirisch bearbeitet und Umsetzungschancen in den einzelnen Lebensbereichen ausgelotet werden. Erst jüngst (Henckel/Könecke et al. 2013) wurde ein erstes umfassendes **Forschungsprogramm** für die **urbane Zeitpolitik** skizziert und dessen Inhalte unter folgenden Überschriften beschrieben: Analyse der Rhythmen von Quartieren; formale und informelle temporale Regulierung; temporale Effizienz und Gerechtigkeit; urbane Strukturen und Mobilität; Dynamik des temporalen Wandels; Akteure der Zeitpolitik; Zeit und Identität; empirische Methoden der urbanen Zeitforschung; Evaluierung von räumlich-zeitlichem Design.

³⁸ Hinweis von Jürgen Rinderspacher (März 2014).

Auch die Frage, wie eine „gute“ **Zeitpolitik** aussehen könnte, ist bereits eine Forschungsaufgabe. Vor dem Hintergrund der Ausführungen in diesem Arbeitspapier würde man vermuten: Sie ist bedarfs- und bedürfnisorientiert, effektiv und effizient, von den Stakeholdern mitentwickelt und mitgetragen sowie instrumentell und prozessual innovativ. Sie ist zudem evidenzbasiert und weiß, welche Zeitkonflikte bei welchen Bevölkerungsgruppen auftreten, diese in ihren Handlungsmöglichkeiten beschränken und auf Makroebene zu negativen externen Effekten führen. Durch ihren empirischen Bezug kennt sie auch die zeitlichen „Internalitäten“, die menschliche Entscheidungen und Verhaltensweisen beeinflussen. Gute Zeitpolitik entwickelt daher Instrumente, die von einem empirischen Menschenbild ausgehen („verhaltensbasierte Regulierung“). Wie oben gezeigt, könnte ein Forschungsprogramm auf eine reichhaltige Forschung verschiedener sozial- und naturwissenschaftlicher Disziplinen sowie auf eine gute empirische Zeitdatenbasis aufbauen.

Wissenschaftlich begleitete **Pilotprojekte** und **Reallabore**, wie vor allem in der urbanen Zeitpolitik bereits erprobt (Mückenberger 2013a; vgl. Annex) stellen ideale Plattformen für die Erprobung und Weiterentwicklung innovativer zeitpolitischer Instrumente dar und sind unmittelbar anschlussfähig an die Transformations- und transformative Forschung. Gerade transformative Initiativen (vgl. Annex) sind meist kleinschrittige, experimentelle Entwicklungen, die durch positive lernende Evaluation gewonnen und damit „ansteckend“ werden und sich ausbreiten könnten.

Bis zum heutigen Tage gibt es noch viel zu wenige systematische **Evaluierungen** von zeitpolitischen Ansätzen. Die erste deutsche Evaluationsstudie lokal-zeitpolitischer Ansätze, in der ein explizit zeitpolitisches methodisches Instrumentarium für solche Evaluation entwickelt und auf Beispielfälle in Fallanalysen angewandt wird, wurde vor Kurzem vorgelegt (Mückenberger 2012). In dieser qualitativen Evaluationsstudie wurden zeitgestalterische Modellprojekte im Dienstleistungsbereich (Erweiterung der Abendöffnungszeiten in Kindertagesstätten; Vertrauensarbeitszeit im Servicebereich eines Warenhauses; bürgerorientierte Dienstleistungsangebote eines städtischen Amtes) auf Lebensqualitätseffekte bei Dienstleistungsnutzern und -erbringern evaluiert. Ein zentrales Ergebnis war, dass „mit dem Ausmaß der Reziprozität für die zeitlichen Belange andere Betroffener auch die Bereitschaft steigt, diesen ... bei der zeitlichen Gestaltung Stimmung Einfluss einzuräumen“ (ebenda, S. 18); letztlich also die Vermutung, „participation pays off“, bestätigt wurde.

Annex: Ausgewählte Initiativen

Zeitpolitische Initiativen können auf mehrfache Weise die Transformation zu einer nachhaltigeren Wirtschaft und Gesellschaft fördern: Zum einen sind sie Experimentierräume und **Real-labore**, in denen Instrumente und Ansätze ganz praktisch und kleinschrittig in einem begrenzten Setting – und mit begrenzten Folgen bei Nichterfolg – ausgetestet und schrittweise optimiert werden können. Insofern findet hier „policy learning“ statt, sowohl was Prozesse als auch was realistische Ziele, effektive Strategien und instrumentelle Lösungsoptionen angeht. Gut ausprobieren lässt sich zudem die Wirkung von Motivallianzen, etwa ökologische oder pädagogische Ziele. Zum anderen wirken diese Initiativen gesellschaftsweit als Modelle und – im Erfolgsfall – als **Leuchttürme** („Es geht auch anders!“). Sie können Visionen und Szenarien anreichern und „bebildern“ und damit den Raum des Denkbaren erweitern. Schließlich sensibilisieren sie die Öffentlichkeit, bringen Zeitthemen auf die gesellschaftliche Agenda und schaffen damit langfristig Interesse, Raum und Legitimation einer Zeitpolitik für Transformation.

Im Folgenden werden einige „bottom-up“ und „top-down“-Ansätze dargestellt. Manche Initiativen haben bereits Nachahmer gefunden und breiten sich langsam in andere Lebensbereiche und in andere Länder aus; manche sind bereits etabliert, andere stehen am Anfang und sind lokal oder regional begrenzt. Einige der Ansätze wurden von der staatlichen Politik aufgegriffen und umgesetzt (und auch wieder eingestellt), andere befinden sich noch in der Erprobungsphase. Auch wenn insgesamt der gesellschaftliche und politische Einfluss dieser Ansätze sicherlich begrenzt ist, waren und sind sie doch wichtige Signale des Aufbruchs. Die Auflistung erhebt weder den Anspruch auf Vollständigkeit noch ist sie theoriegestützt oder systematisch; dies müsste einer eigenen Forschungsarbeit überlassen werden. Vielmehr verstehen wir sie als Anregung im obigen Sinne. Die hier gewählten Beispiele stammen in erster Linie aus der kommunalen Zeitpolitik, aus Graswurzelbewegungen sowie aus der Arbeitszeitdebatte.

Bremen-Vegesack – Deutschlands erstes Zeitbüro

Das erste deutsche Zeitbüro wurde im Jahr 1997, als aus Mitteln des europäischen Sozialen Dialoges („Eurexcter“) finanzierter Modellversuch in Bremen-Vegesack durch die Initiative des „Perspektivenlabors“ und des „Bremer Forum Zeiten der Stadt“ in Kooperation mit der Universität Bremen und der Hochschule für Wirtschaft und Politik in Hamburg (Eberling 1999) eröffnet. Es war ursprünglich auf die Zeit von zwei Jahren angelegt. Die Konzeption für diesen Modellversuch lag bei Prof. Ulrich Mückenberger. Die Bremer Stadtverwaltung schuf in kurzer Zeit die formalen Rahmenbedingungen für das Zeitbüro (Heitkötter 2006, S. 88). Die Durchführung des Modellprojekts lag bei der Diplom-Geographin Martina Heitkötter, die auch eine Evaluationsstudie als Dissertation an der Universität Hamburg vorlegte (Heitkötter 2006). Ziel des Zeitbüros war, die Alltags- und Dienstleistungsqualität im Stadtteil Vegesack durch die Koordination von Zeiten (z.B. Bürozeiten von kommunalen und privaten Dienstleistungsanbietern) und diverser zeitpolitischer Gestaltungsprojekte zu verbessern (Eberling 1999; Mairhuber/Atzmüller 2009). Im Einzelnen hatte das Zeitbüro folgende Aufgaben (Mückenberger 2011):

- Sammeln und Bereitstellen von Informationen über Zeitpläne öffentlicher und privater Dienstleistungsanbieter im Stadtteil (Transparenz der Zeitpläne);
- Erheben der Bedürfnisse der Bürgerinnen und Bürger mittels Runder Tische, Workshops, Befragungen oder anderen Formen der Beteiligung;
- Verbessern der zeitlichen Abstimmungen durch moderierte Diskussionsforen und Koordination zwischen den beteiligten Akteuren; identifizieren von konkreten Umsetzungsprojekten.

Diese Aufgaben wurden im Projektverlauf weitgehend umgesetzt (Mairhuber/Atzmüller 2009; Mückenberger 2011):

- Identifikation lokaler Zeitkonflikte;
- Einrichtung des „Forums alltagsfreundliches Vegesack“;
- Bildung von drei thematischen „Runden Tischen“ („Dienstleistungsrunde“, die „ÖPNV-Runde“ und der „Trialog verlässliche Kinderbetreuungszeiten“);
- Beteiligung von Bürgerinnen und Bürgern, um deren Interessen zu bündeln und in Gestaltungsprozesse mit einzubringen;
- Erhöhung der Transparenz über öffentliche Zeitpläne;
- Sensibilisierung der Öffentlichkeit für „lokale Zeitpolitik“.

Das Zeitbüro in Bremen Vegesack wurde wenige Monate nach Beendigung des Modellprojekts mangels Weiterförderung nach Projektende geschlossen.

Gemeinde Bozen - „Zeiten der Stadt“ (tempi della città)

In Italien wurde im Jahr 2000 ein Gesetz verabschiedet (Normattiva 2000), das die Gemeinden verpflichtet, öffentliche Zeiten, Arbeitszeiten und private Lebenszeiten in Kommunen miteinander abzustimmen sowie Zeitbüros und Beiräte zur Zeitpolitik einzurichten. Die Gemeindeverwaltung Bozen hat jedoch bereits 1996, also vor dem Gesetz 53/2000, Strukturen für kommunale Zeitpolitik geschaffen. Heute gibt es in Bozen eine Stadträtin für Zeitpolitik und seit 2005 einen „Zeitleitplan“. Ziel des Projekts „Zeit der Stadt“ ist, die Lebensqualität der Bürgerinnen und Bürger durch die Umsetzung von Maßnahmen für städtische Zeiten und Räume zu verbessern und damit die Stadt Bozen insgesamt attraktiver zu machen. Gleichzeitig sollen die Räume und Zeiten der Stadt besser genutzt werden. Das Projekt zielt in erster Linie darauf, Familienzeiten, Arbeitszeiten und „Eigenzeiten“ besser aufeinander abzustimmen und mit flexibleren Bereitschafts- und Öffnungszeiten öffentlicher Dienste zu harmonisieren. Im Laufe der Zeit wurden einige Ansätze erprobt und umgesetzt, u.a. (www.gemeinde.bozen.it):

- Harmonisierung von Schalteröffnungszeiten in der öffentlichen Verwaltung und anderen Diensten (z.B. Banken). „Donnerstag Bürgertag“: Seit Oktober 2002 wurden die Öffnungszeiten der Büros der Landesverwaltung und der Gemeinde Bozen harmonisiert. Den ganzen Donnerstag können alle Behördengänge erledigt werden. Dazu gehört auch, die (räumliche) Zugänglichkeit zu erleichtern.
- „Die Zeiten der Schule“: Diverse Projekte zum Thema Zeit und Schule wie z.B. Gestaltung der Zeit vor Schulbeginn, Initiativen in der Mittagspause, Zeitbank in der Schule, Projekt "Zeitmesser": Untersuchung der Zeiten der Kinder, Analyse der Schulstundenpläne, Gestaltung der Mensazeit und Organisation außerschulischer Aktivitäten am Nachmittag.
- Vereinbarkeit zwischen Familie und Beruf: z.B. Ausbau flexibler Arbeitszeitmodelle in der Gemeindeverwaltung; Durchführung eines Versuchs zur Telearbeit.
- „Zeitbanken“, die private Dienstleister und -nachfrager zusammenzuführen sollen. Statt Geld wird Zeit für Dienste „eingezahlt“, die nach festgelegten Regeln getauscht werden kann.
- Nachhaltige Mobilität: Mobilitätspakt Bozen Süd, ein Projekt zur Verbesserung der Verkehrssituation in der Industriezone. 2004: Einführung eines Transportgutscheins für die Angestellten von Betrieben in dieser Zone.

- Vision „Bozen: In 10 Minuten überall hin“. Vision einer kompakten Stadt mit mehreren Zentren, in der alles in kurzer Zeit erreichbar ist.

Bad Kissingen – Die erste „ChronoCity“ der Welt³⁹

Die Chronobiologie beschäftigt sich mit der zeitlichen Organisation von Organismen und mit biologischen Uhren. Unser Leben wird durch mindestens drei Zeiten bestimmt: die soziale Zeit oder Uhrzeit; die natürliche Zeit, gegeben durch das Licht der Sonne und die körpereigene, angeborene biologische Uhr, die in unserer modernen Gesellschaft immer wieder herausgefordert wird.

Die biologische Uhr bestimmt, zum Beispiel, zu welchem Zeitpunkt eine Person müde wird und aufwacht, Hunger bekommt und besonders leistungsfähig und stressresistent ist. Licht ist der wichtigste Zeitgeber für die Synchronisation der biologischen Uhr mit der Umwelt. Im Laufe der Evolution hat sich die biologische Uhr an den natürlichen Wechsel von Tag und Nacht optimal angepasst. Die moderne Gesellschaft erlaubt heutzutage, zu jeder Tages- und Nachtzeit aktiv zu sein, da jeder alle Möglichkeiten hat, Licht und auch Schlaf rund um die Uhr (quasi on-demand) zu steuern. Dies jedoch stört die biologische Uhr und die Gesundheit. Entscheidend ist, dass jeder Mensch eine angeborene und deshalb individuelle biologische Uhr besitzt. Aufgrund dieser Individualität finden sich in der Gesellschaft sowohl extrem frühe wie auch extrem späte Chronotypen, die in ihren Schlafzeiten bis zu 12 Stunden auseinander liegen können. Die Verteilung der Chronotypen ist ebenso biologisch wie die Verteilung von Körpergröße oder Gewicht und individuellen Umwelteinflüssen unterworfen. Ein klassisches Beispiel für ein „Leben gegen die biologische Uhr“ ist Schichtarbeit mit ihren ernsten und auch individuellen Gesundheitsfolgen. Ebenfalls betroffen sind Heranwachsende, deren biologische Uhr naturgemäß für die oft zu frühen Schulanfangszeiten viel zu spät dran ist. Dies führt zu chronischem Schlafmangel und schlechteren Schulleistungen.

Mit dem Projekt „ChronoCity – Pilotstadt Chronobiologie“ wollen Initiator Michael Wieden (Wirtschaftsförderer für die Stadt Bad Kissingen) und Mitinitiator Dr. Thomas Kantermann (Chronobiologe an der LMU München/Universität Groningen) in Bad Kissingen individuellem Schlaf mehr Raum und zustehende Berechtigung zukommen lassen. „Wir betrachten es als essentiell, die Zusammenhänge im gesellschaftlichen Rahmen von Bad Kissingen zu untersuchen um innovative und lebensnahe Lösungen zu finden. Unser Ziel ist eine ausgeschlafene Gesellschaft“, so die beiden Initiatoren. Das Ziel ist, die Kurstadt Bad Kissingen als Stadt mit mehr Wohlbefinden, Zufriedenheit, Gesundheit, Produktivität und in der Summe eine höhere Lebensqualität zu positionieren. Dies ist auch eine Reaktion auf den Wegfall der Bezahlung einer klassischen Kur im deutschen Gesundheitssystem. Das Projekt schließt alle Bereiche des Gesundheitswesens in Bad Kissingen ein und ermöglicht neue individualisierte und zeitsensible Therapieformen.

Als Projektpartner wurden bisher mehrere Kliniken, ein Gymnasium, mehrere Hotels sowie eine Bildungseinrichtung und die Stadtverwaltung selbst gewonnen. Zu den externen Projektpartnern zählen Osram Truelight und Fraunhofer ISC in Würzburg.

Konkret wurden folgende Initiativen geplant oder befinden sich in der Umsetzung:

- Flexibilisierung von Schulzeiten: Experimente in den Niederlanden und den USA in Grundschulen haben gezeigt, dass flexible Schul(start)zeiten von den Eltern positiv aufgenommen werden: Die Synchronisierung von Familie und Arbeit wird erleichtert, die gemeinsame Familienzeit erhöht und die Ferienplanung erleichtert (Meijer 2013).

³⁹ Dieser Beitrag wurde freundlicherweise von Michael Wieden vervollständigt (Juni 2014).

- Flexibilisierung von Öffnungszeiten von gastronomischen Einrichtungen: Dadurch erhalten auch z.B. Schichtarbeiter die Möglichkeit, frische und nahrhafte Snacks zu erhalten (Nguyen 2013).
- Chronobiologisch adaptierte Arbeits- und Schichtpläne im städtischen Krankenhaus: chronotypische Berufskrankheiten werden minimiert, die Gesundheitskosten sinken (Postma 2013b).
- Optimierung des Lichtkonzepts des Stadtzentrums: Wärmeres Licht sowie Wechsel im Farbspektrum und der Intensität parallel zum natürlichen Verlauf der Morgen- und Abenddämmerung sowie der Jahreszeiten führen zu einer besseren Schlafqualität der Einwohner und geringeren Umweltschäden (Ekkers 2013).
- Einführung einer kostenlosen ChronoCity App: diese überwacht den Schlaf des Anwenders um dessen Chronotypen (Oginska 2011) festzustellen und gezielte Vorschläge für einen gesünderen Lebensstil zu machen (Degener 2013).

Mehr Informationen: www.chronocity.de

„Familiengerechtes Hanau“ – eine Stadt baut Zeitbrücken zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf

Für ein „familienfreundliches Hanau“ arbeiten in dem lokalen „Bündnis für Familien“ über 30 gesellschaftliche Akteure zusammen. Aufgabe des Bündnisses ist, die Zukunftsfähigkeit des Standortes zu erhalten und gemeinsame Lösungen für die Herausforderungen wie z.B. die Konkurrenz um Fachkräfte und eine älter werdende Gesellschaft zu finden. Familien brauchen neben Geld und Kinderbetreuung auch gemeinsame Zeit. Ein Ziel ist daher, lokale Zeitstrukturen an die Bedürfnisse der Menschen anzupassen und Zeiträume innerhalb und außerhalb der Familie sowie Zeit für den generationenüberschreitenden Austausch zu schaffen und zu gestalten (www.hanau.de/lih/gesellschaft/familie/buendnis/index.html). Im Jahr 2004 startete Hanau daher ein zweijähriges, vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und der Europäischen Kommission gefördertes Modellprojekt „Familiengerechtes Hanau - eine Stadt baut Zeitbrücken zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf“.

Durch „Zeitbrücken“, „Zeitinseln“ und „Zeitfenster“ soll das Ziel einer besseren Balance von Familie und Beruf und einer höheren Lebensqualität erreicht werden. Aus dem Projekt heraus wurde ein „Koordinationsbüro Zeitbrücken“ aufgebaut, welches in Kooperation mit dem Bündnis eine innovative Zeitgestaltung in unterschiedlichen Bereichen anstrebt. Dies sind u.a. Vater-Kind- Angebote; Sensibilisierung der Öffentlichkeit und Presse; in Zusammenarbeit mit Praxen flexible Arztzeiten; flexible Servicezeiten im Handwerk; familienfreundliche Paketzustellung; Serviceangebote für Familien in Einzelhandel; stundenweise Betreuung von Kindern durch das freiwillige Engagement von Senioren sowie Entlastung von pflegenden Angehörigen. Das Zeitbüro vermittelt beispielsweise Eltern, die temporären Bedarf an Kinderbetreuung haben mit ehrenamtlichen Senioren oder Helfern („Zeitbrücken“) (www.hanau.de/lih/gesellschaft/kinder/betreuung/015651/index.html). Sogenannte „Zeitinseln“ werden durch die Vermittlung von freiwilligen Helfern für pflegende Angehörige geschaffen (www.hanau.de/lih/gesellschaft/ehrenamt/zeit/index.html).

Hamburg: VERA – „Verzeitlichung des Raumes“

Das Pilotprojekt „Verzeitlichung des Raumes“ (VERA) wurde 2004-2007 von der Forschungsstelle Zeitpolitik der Uni Bremen, dem Institut für Geographie an der Universität Hamburg sowie dem Institut Stadt- und Regionalökonomie/-soziologie der Technischen Universität Hamburg-Harburg durchgeführt. Das Projekt hatte zum Ziel, anhand konkreter Realexperimente die räumlichen Wirkungen veränderter Zeitmuster zu erkunden, in diesem noch unterforschten

Bereich Grundlagenforschung zu betreiben und die Ergebnisse der Politik zur Verfügung zu stellen (Gesis 2006). Mit den Realexperimenten wurden „innovative Raum-Zeit-Gestaltungen verfolgt, die neben der genauen Analyse der Schnittstellen von Systemlogiken und Lebenswelt ein Ineinandergreifen von Partizipation und Aktionsraumanalyse erfordern“ (Mückenberger/Timpf 2005, S. 11). In die Realexperimente waren Bürgerinnen und Bürger, politische Entscheidungsträger sowie zivilgesellschaftliche Akteure eingebunden. Konkret wurden in drei urbanen Quartieren folgende Realexperimente durchgeführt und wissenschaftlich begleitet (Timpf 2005, S. 108-109; Mückenberger 2008):

- Gestaltung eines Community-Knowledge-Centers (innovativer und integrativer Raum-Zeit-Knoten) und Einstieg in eine neue Stufe des Audits „Beruf und Familie“ (Territoriales Netzwerk) in der Hafencity Hamburg;
- Balancierung von Bedarfen gegenwärtiger und künftiger Nutzungspopulationen im Stephaniquartier in Bremen;
- Möglichkeiten der Stabilisierung kreativer Milieukomponenten im Schanzenquartier Hamburg.

Slow Food – ein Gegenentwurf mit weltweiter Verbreitung

Der in Norditalien bereits 1986 gegründete Gegenentwurf zum zunehmenden Fast-Food-Trend hat neben einem bewussteren Umgang mit der täglichen Ernährung und mehr Genuss auch den Erhalt kultureller und biologischer Vielfalt und eine bewusste Entschleunigung des Alltags zum Ziel. In mittlerweile über 150 Ländern setzt sich Slow Food für einen sorgfältigeren Umgang mit Lebensmitteln ein, sowohl in der Produktion als auch bei der Zubereitung und dem Konsum. Die heute weltweit verbreitete Bewegung umfasst ein Netzwerk von ca. 100.000 Mitgliedern, die in nationalen Initiativen und lokalen Gruppen organisiert sind. In Deutschland verfolgt der Verein mit 80 lokalen Gruppen die Ziele einer „guten, sauberen und fair“ organisierten Herstellung von Lebensmitteln, der damit über den ursprünglichen Ansatz hinausgehend ökologische und soziale Kriterien der Nachhaltigkeit umzusetzen versucht. Neben der Auszeichnung von Produzenten und Restaurants, neben Verbraucheraufklärung und Information werden auch politische Aktionen und Kampagnen zu Themen wie EU-Agrarpolitik, Fischerei, Saatgut und Biodiversität organisiert. 2007 öffnete die erste Slow Food Messe in Stuttgart ihre Türen, 2008 folgte die „SlowFish“ in Bremen. Mittlerweile wird der Präfix „Slow“ auch in Verbindung mit Slow Cities (Città Slow), Slow Travel und Slow Design verwendet (Parkins 2004).

Slow Cities – lebenswerte Städte mit Zeitbewusstsein

„Slow Cities“ (Internationale Vereinigung der lebenswerten Städte) entstanden 1999 in Italien (Città slow: „Rete internazionale delle città del buon vivere“); hier gibt es auch bis heute die meisten Cittaslow-Städte. Weltweit gibt es 176 Mitgliedstädte in 27 Ländern, zwölf davon in Deutschland. Im Fokus des Netzwerkes liegen Kleinstädte unter 50.000 Einwohnern. Ziel ist „die lokale Identität und Unverwechselbarkeit in vielen Lebens- und Wirtschaftsbereichen zu bewahren und weiterzuentwickeln, die endogenen Potenziale und lokalen Talente für eine nachhaltige Orts- und Stadtentwicklung in kleineren Städten zu heben und eine hohe Lebensqualität vor Ort zu erhalten bzw. zu erreichen“ (Bundesministerium für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung 2013, S. 7).

Im Rahmen der Slow Bewegung und im Bemühen, sich von ökonomistischen Lebensstilen abzukoppeln, haben sich weltweit auf lokaler Ebene verschiedene kommunale oder lokale Austausch- und Handelssysteme gebildet, wie z.B. in Finnland im Rahmen der Agenda 21 (Jalas 2012) oder in den USA im Rahmen von Tausch-Netzwerken und „Zeitbanken“ (Schor/Fitzmau-

rice 2014). Innerhalb dieser Systeme können insbesondere Dienstleistungen, aber auch Waren getauscht und gehandelt werden. Über den günstigen Zugang zu Gütern und Diensten hinaus geht es hier um ressourcenleichten kollaborativen Konsum, Selbstbestimmung, alternative Lebensstile und Zeitautonomie (ebenda).

Die „20-Minuten-Nachbarschaft“ – Initiative der Stadt Portland (OR, USA)

In „Zwanzig-Minuten Nachbarschaften“ haben Einwohner einfachen und bequemen Zugang zu Orten und Dienstleistungen des täglichen Lebens wie Restaurants, Schulen, Parks und Lebensmittelgeschäften („non-work“), ohne auf das Auto angewiesen zu sein. Alles ist bequem zu Fuß, per Fahrrad oder dem öffentlichen Nahverkehr zu erreichen. Ein Netz von Bürgersteigen, Fahrradwegen und Bushaltestellen ermöglichen die Nutzung von verschiedenen Transportmöglichkeiten (City of Eugene 2014; Portland Plan 2014). Die Vorteile der „20-Minuten Nachbarschaften“ liegen auf Hand: Förderung eines gesünderen Lebensstils durch mehr Bewegung; finanzielle Einsparungen durch weniger Verbrauch von Benzin und dadurch weniger Treibhausgasen; vermehrte Nutzung von Angeboten des Stadtteils. Während ähnliche Konzepte für Städte in Skandinavien (Kopenhagen) und den Niederlanden (Amsterdam) längst zum Standard gehören, sind solche Initiativen für die autobasierten USA ein Novum.

Ziviler Dialog – „Transition Towns“

Vor dem Hintergrund des Klimawandels und des globalen Ölfördermaximums („Peak Oil“) haben sich Bürger aus innovativen Städten und Gemeinden zu Umwelt- und Nachhaltigkeitsinitiativen zusammen getan und versuchen, gemeinsam und durch eine ganzheitliche Herangehensweise ihren CO₂-Fußabdruck zu verringern. Gleichzeitig möchten sie ihre Städte und Gemeinden „widerstandsfähiger“ (resilienter) gegenüber den fundamentalen Veränderungen machen, die durch „Peak Oil“ zu erwarten sind (Brangwyn/Hopkins 2008). Initiiert wurde diese Graswurzelbewegung u.a. von dem Iren Rob Hopkins. Das „Transition Netzwerk“ bietet konkrete Hilfe bei der Umsetzung, Anregungen und auf Wunsch auch Schulungen an (www.transition-initiativen.de oder www.transitionnetwork.org).

„Take back your time“ Day – Kampagne zur Reduzierung von Arbeitszeit (USA)

Initiiert wurde der US-amerikanische „Take back your time day“ vom Simplicity Forum, einem unabhängigen Think Tank (<http://www.thesimplicityforum.org/>). Der Tag findet immer neun Wochen vor Jahresende statt (der erste am 23.10.2003) – ein Symbol für die Anzahl der Wochen, die US-Amerikaner mehr arbeiten als die Europäer im Durchschnitt (de Graaf 2003). Auch in den USA wird die systematische gesellschaftliche Zeitknappheit immer stärker hinterfragt; als wesentlicher Hebel wird die Reduktion der Arbeitszeit gesehen. Tatsächlich wird in den USA täglich und wöchentlich länger gearbeitet als in den meisten Ländern weltweit (siehe 3.1.1), der gesetzliche Urlaubsanspruch ist geringer als in Europa, ein Viertel hat keinen Anspruch auf bezahlten Urlaub. Auch Teilzeitbeschäftigung und befristete Arbeitsverträge belasten die Arbeitnehmer, ebenso der Trend, die gleiche Arbeit auf weniger Beschäftigte zu verteilen („down-sizing“) und somit die Arbeitsbelastung des Einzelnen zu erhöhen (Brandt 2003). Der „Take back your time day“ soll auf diese Situation aufmerksam machen und die gesellschaftliche Debatte anregen.

Einführung einer „4-Tage-Woche“

Utah (USA)

Im Juni 2008 wurde im US-Bundesstaat Utah für Beschäftigte des öffentlichen Dienstes zum ersten Mal eine 4-Tage-Woche initiiert. Erklärtes Ziel war, Kosten, Energie und Kohlenstoffemissionen einzusparen (Simms 2013). Die Arbeitstage wurden von fünf auf vier reduziert (Montag bis Donnerstag), die tägliche Arbeitszeit von acht auf zehn Stunden erhöht, die Einkommen blieben gleich. 18.000 der 25.000 Mitarbeiter wurden an diesem einjährigen Experiment beteiligt. Nach dem ersten Jahr zeigten sich eine Reihe positiver Ergebnisse, die über die erwarteten hinausgingen: Nicht nur die Beschäftigten selbst waren zufriedener, sondern auch die Nutzer und Kunden der öffentlichen Leistungen. Die Hälfte der Beschäftigten gab an, nun produktiver zu sein, Dreiviertel bevorzugten die 4-Tage-Woche gegenüber dem alten Arbeitszeitregime, 82 Prozent wünschten sich eine Fortführung nach dem ersten Jahr. Und auch die eigentlichen Ziele wurden erreicht: Es wurden sowohl Betriebskosten eingespart als auch Treibhausgas; insbesondere wurde der Treibstoffverbrauch und die gefahrenen Kilometer der staatseigenen Autos reduziert (Coote et al. 2010, S. 12).

Europa

In den Jahren zwischen 2000 und 2008 galt in **Frankreich** für Unternehmen mit mehr als 20 Beschäftigten die 35-Stunden Woche – bei gleichem Grundlohn (Loi Aubry I, Gesetz zur Orientierung und Induzierung von Arbeitszeitverkürzung vom 13. Juni 1998). 2002 wurde die Geltung des Gesetzes auf Unternehmen mit 20 oder weniger Beschäftigten ausgeweitet (Hayden 2006). Anlass und Hintergrund dieser Arbeitszeitverkürzung waren der schwere Konjunkturunbruch 1996 und die damit verbundene hohe Arbeitslosenquote von 12,6 Prozent, die zu arbeitsmarktpolitischen Aktivitäten zwang (Flecker et al. 2001).

Befragungen während der Geltungszeit des Gesetzes zeigten, dass die Mehrheit der Befragten (59 Prozent) die Arbeitszeitverkürzung als Gewinn für ihre persönliche Lebensqualität empfand. Dies galt insbesondere für erwerbstätige Frauen mit Kindern unter 12 Jahren (71 Prozent) (Hayden 2006). Insgesamt schien die 35-Stunden Woche keine Auswirkungen auf das Gesamtniveau der Beschäftigung gehabt zu haben (Estevão/Sá 2008). Im Jahr 2008 schuf der damalige Staatpräsident Nicolas Sarkozy im Rahmen seiner Arbeitsmarktreform die 35-Stunden Woche wieder ab. Unternehmen haben seither die Möglichkeit, längere Arbeitszeiten mit ihren Beschäftigten auszuhandeln (Bovensiepen 2010).

Ähnlich hat in **Deutschland** der Autokonzern Volkswagen die 1993 eingeführte 4-Tage Woche (28,8 Stunden in der Woche) wieder abgeschafft. Diese war vor dem Hintergrund drohender Massenentlassungen eingeführt worden. Seit 2006 wird je nach Wunsch und Anforderungen zwischen 25 und 34 Stunden pro Woche gearbeitet (Volkswagen 2013).

Referenzen

- Acker-Widmaier, Gerald (1999): Intertemporale Gerechtigkeit und nachhaltiges Wirtschaften. Zur normativen Begründung eines Leitbildes. Metropolis
- Adam, Barbara (1998): Timescapes of Modernity: The Environment and Invisible Hazards. Routledge
- Adam, Barbara (2013): Clock Time: Tyrannies and Alternatives. In: Coote, Anna / Franklin, Jane (Hrsg.): Time on our Side: Why We All Need a Shorter Working Week. new economics foundation (nef), S. 31-39
- Adam, Barbara / Geißler, Karlheinz A. / Held, Martin (Hrsg.) (1998): Die Nonstop-Gesellschaft und ihr Preis. Vom Zeitmissbrauch zur Zeitkultur. Reihe Edition Universitas. Hirzel
- Alcántara, S. et al. (2014): DELIKAT – Fachdialoge Deliberative Demokratie: Analyse Partizipativer Verfahren für den Transformationsprozess. UBA-Texte 31/2014.
- Argyle, Michael (1996): Subjective Well-being. In: Offer, Avner (Hrsg.): In Pursuit of the Quality of Life. Oxford University Press, S. 18-45
- Ashford, Nicholas A. / Kallis, Giorgos (2013): A Four-Day Workweek: A Policy for Improving Employment and Environmental Conditions in Europe. In: The European Financial Review, April-Mai, S. 53-58
- Baeriswyl, Michel (2000): Chillout. Wege in eine neue Zeitkultur. Deutscher Taschenbuch Verlag
- Becker, Gary S. (1982): Der ökonomische Ansatz zur Erklärung menschlichen Verhaltens. Mohr
- Becker, Uwe (2006): Sabbat und Sonntag. Plädoyer für eine sabbattheologisch begründete kirchliche Zeitpolitik. Neukirchener
- Benkler, Yochai (2006): The Wealth of Networks. How Social Production Transforms Markets and Freedom. Yale University Press
- Biesecker, Adelheid (1999): Vorsorgendes Wirtschaften braucht Zeiten. Von einer „Ökonomie der Zeit“ zu „Ökonomien in Zeiten“. In: Hofmeister, Sabine / Spitzner, Meike (Hrsg.): Zeitlandschaften. Perspektiven öko-sozialer Zeitpolitik. Reihe Edition Universitas. Hirzel, S. 107-129
- Binswanger, Mathias (2012): Die Tretmühlen des Glücks: Warum Wachstum die allgemeine Lebenszufriedenheit nicht erhöht. In: Fischer, Ernst P. / Wiegandt, Klaus (Hrsg.): Dimensionen der Zeit: Die Entschleunigung unseres Lebens. Fischer, S. 248-267
- Bittmann, Michael / Wajcman, Judy (2004): The Rush Hour: The Equality of Leisure Time and Gender Equity. In: Folbre, Nancy / Bittman, Michael (Hrsg.): Family Time: The Social Organization of Care. Routledge, S. 171-193
- Blanchflower, Daniel G. / Oswald, Andrew J. (2004): Well-Being over Time in Britain and the USA. In: Journal of Public Economics, 88, S. 1359-1386
- Blech, Jörg (2013): Die Psychofalle. Der Spiegel, 4, S. 119
- BMFSFJ – Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2012): Zeit für Familie. Familienzeitpolitik als Chance einer nachhaltigen Familienpolitik. Bericht der Sachverständigenkommission zum Achten Familienbericht. BMFSFJ

- BMVBS - Bundesministerium für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung (Hrsg.) (2013): Lokale Qualitäten, Kriterien und Erfolgsfaktoren nachhaltiger Entwicklung kleiner Städte – Cittaslow. BMVBS
- Boulin, Jean-Yves (2013): Working on Sunday: Regulations, Impacts and Perceptions of the Time Use Practices. In: Henckel, Dietrich / Thomaier, Susanne/ Könecke, Benjamin / Zedda, Roberto / Stabilini, Stefano (Hrsg.): Space-Time Design of the Public City. Springer, S. 21-36
- Boulin, Jean-Yves / Mückenberger, Ulrich (2001): Eine europäische Bewegung für Zeiten der Stadt? Ein internationaler Überblick. In: Mückenberger, Ulrich (Hrsg.): Bessere Zeiten für die Stadt Chancen kommunaler Zeitpolitik. Leske & Budrich, S. 50-64
- Bourdieu, Pierre (1976): Entwurf einer Theorie der Praxis – auf der ethnologischen Grundlage der kabyllischen Gesellschaft. Suhrkamp
- Bovensiepen, Nina (2010): Paris schafft die 35-Stunden-Woche ab. Süddeutsche Zeitung online, 10.05.2010. <http://www.sueddeutsche.de/wirtschaft/zeitenwende-in-frankreich-paris-schafft-die-stunden-woche-ab-1.593288>
- Brand, Karl W. (2008): Konsum im Kontext. Der „verantwortliche Konsument“ – ein Motor nachhaltigen Konsums? In: Lange, Hellmuth (Hrsg.): Nachhaltigkeit als radikaler Wandel. Die Quadratur des Kreises? Springer, S. 71-93
- Brandt, Barbara (2003): An Issue for Everybody. In: De Graaf, John (Hrsg.): Take Back Your Time. Berrett-Koehler Publishers, S. 12-19
- Brangwyn, Ben / Hopkins, Rob (2008): Transition Initiatives Primer - becoming a Transition Town, City, District, Village, Community or even Island. Version 26. <http://www.transitionnetwork.org/sites/www.transitionnetwork.org/files/Transition-InitiativesPrimer%283%29.pdf>
- Brown, Kirk W. / Kasser, Tim (2005): Are Psychological and Ecological Well-Being Compatible? The Role of Values, Mindfulness, and Lifestyle. In: Social Indicators Research, 74(2), S. 349-368
- Bundespsychotherapeutenkammer (2012): BPTK Studie zur Arbeitsunfähigkeit. Psychische Erkrankungen und Burnout. http://www.bptk.de/fileadmin/user_upload/Publikationen/BPTK-Studien/Arbeits-_und_Erwerbsunfaehigkeit/20140128_BPtK-Studie_Arbeits-_und_Erwerbsunfaehigkeit-2013.pdf
- Burisch, Matthais (2006): Das Burnout-Syndrom. Springer
- Burzan, Nicole / Rinderspacher, Jürgen P. (2006): Zeitkonflikte und Engagement in der Bürgergesellschaft. Ein Zeitbeirat als Instanz im Governance-Prozess. In: Bürgergesellschaft – Wunsch und Wirklichkeit. Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung (WZB). Reader zur Tagung am 19.-20. Oktober 2006
- Callaghan, Karen / Schnell, Frauke (2001): Assessing the Democratic Debate: How the News Media Frame Elite Policy Discourse. In: Political Communication, 18(2), S. 183-212
- Charron, Sylvain / Koechlin, Etienne (2010): Divided Representation of Concurrent Goals in the Human Frontal Lobes. In: Science, 328(5976), S. 360-363
- City of Eugene (2014): 20-Minute Neighborhood. <https://www.eugene-or.gov/index.aspx?NID=506>
- Coote, Anna / Franklin, Jane (Hrsg.) (2013): Time on Our Side: Why We All Need a Shorter Working Week. new economics foundation (nef)

- Coote, Anna / Franklin, Jane / Simms, Andrew (2010): 21 Hours. Why a Shorter Working Week Can Help us All to Flourish in the 21st Century. New economics Foundation.
http://s.bsd.net/nefoundation/default/page/file/f49406d81b9ed9c977_p1m6ibgje.pdf
- Csikszentmihalyi, Mihalyi (1992): Flow: Das Geheimnis des Glücks. Klett Cotta (Englisches Original: Flow: The Psychology of Optimal Experience. Harper Perennial, 1991)
- Davis, Mark (2013): Hurried and Alone: Time and Technology in the Consumer Society. In: Coote, Anna / Franklin, Jane (Hrsg.): Time on Our Side: Why We All Need a Shorter Working Week. new economics foundation (nef), S. 41-52
- de Graaf, John (2003): Take Back Your Time. Fighting Overwork and Time Poverty in America. Berrett-Koehler
- de Graaf, John (2013): Time Use and GNH. Paper prepared for the Bhutan's gross National Happiness Initiative being submitted to the United Nations in Fall 2013. Unpublished paper (vom Autor)
- Deci, Edward L. (1975): Intrinsic Motivation. Plenum Press
- Deci, Edward L. / Koestner, Richard / Ryan, Richard M. (1999): A Meta-Analytic Review of Experiments Examining the Effects of Extrinsic Rewards on Intrinsic Motivation. In: Psychological Bulletin, 125, S. 627-668
- Degener, Fabian (2013): The Bad Kissingen ChronoCity App. In: Nguyen, Bich Phuong / Postma, Elbrich / Ekkers, David / Degener, Fabian / Meijer, Thomas (Hrsg.): Bad Kissingen: the First ChronoCity in the World, S. 20-23.
http://www.badkissingen.de/de/wirtschaftsfoerderung/web-blog-neu/chronobiologie/m_68839_dl
- DGfZP – Deutsche Gesellschaft für Zeitpolitik (2003): Zeit für Zeitpolitik. Atlantik
- DGfZP – Deutsche Gesellschaft für Zeitpolitik (2005): Manifest der Deutschen Gesellschaft für Zeitpolitik. Bremen, Arbeitnehmerkammer
- DiClemente, Carlo C. / Prochaska, James O. (1998): Toward a Comprehensive, Transtheoretical Model of Change: Stages of Change and Addictive Behaviors. In: Miller, William R. / Heather, Nick (Hrsg.): Treating Addictive Behaviors (2. Auflage). Plenum Press, S. 3-24
- Diefenbacher, H. / Zieschank, R. (2009): Wohlfahrtsmessung in Deutschland. Ein Vorschlag für einen nationalen Wohlfahrtsindex. UBA-Texte 02/10. Heidelberg/Berlin
- Diener, Ed / Oishi, Shigehiro (2000): Money and Happiness: Income and Subjective Well-Being across Nations. In: Diener, Ed / Suh, Eunkook M. (Hrsg.): Culture and Subjective Well-Being. MIT Press, S. 185-218
- Diener, Ed / Seligman, Martin E. P. (2004): Beyond Money: Toward an Economy of Well-Being. In: Psychological Science in the Public Interest, 5, S. 1-31
- Dollase, Rainer / Hammerich, Kurt / Tokarski, Walter (Hrsg.) (2000): Temporale Muster. Die ideale Reihenfolge der Tätigkeiten. Leske & Budrich
- Druckman, Angela / Buck, Ian / Hayward, Bronwyn / Jackson, Tim (2012): Time, Gender and Carbon: A Study of The Carbon Implications of British Adults' Use of Time. In: Ecological Economics, 84, S. 153-163
- Dunn, William N. (2004): Public Policy Analysis: An Introduction (3. Auflage). Pearson Prentice Hall

- Dussauge-Laguna, Mauricio I. (2012): The Neglected Dimension: Bringing Time Back into Cross-National Policy Transfer. In: Policy Studies, 33(6), S. 567-585
- Easterlin, Richard A. (2001): Income and Happiness: Towards a Unified Theory. In: The Economic Journal, 111, S. 465-484
- Eberling, Matthias (1999): Time Structures of the City. Case Study Bremen. Deutsches Institut für Urbanistik.
- Eberling, Matthias / Henckel, Dietrich (1998): Kommunale Zeitpolitik. Veränderungen von Zeitstrukturen – Handlungsoptionen der Kommunen. Forschung aus der Hans-Böckler-Stiftung, Edition Sigma
- Eberling, Matthias / Henckel, Dietrich (2000a): Zeitpolitik als neues Handlungsfeld. In: Hildebrandt, Eckart (Hrsg.): Reflexive Lebensführung. Forschung aus der Hans-Böckler-Stiftung, Edition Sigma, S. 379-395
- Eberling, Matthias / Henckel, Dietrich (2000b): Städtische Zeitstrukturen im Wandel. In: Hildebrandt, Eckart (Hrsg.): Reflexive Lebensführung. Forschung aus der Hans-Böckler-Stiftung, Edition Sigma, S. 231-248
- Ekkers, David (2013): Optimising Urban Lighting. In: Nguyen, Bich Phuong / Postma, Elbrich / Ekkers, David / Degener, Fabian / Meijer, Thomas (Hrsg.): Bad Kissingen: the First ChronoCity in the World, S.16-19. http://www.badkissingen.de/de/wirtschaftsfoerderung/web-blog-neu/chronobiologie/m_68839_dl
- Enquete-Kommission „Wachstum, Wohlstand, Lebensqualität – Wege zu nachhaltigem Wirtschaften und gesellschaftlichem Fortschritt in der Sozialen Marktwirtschaft“ (2013): Schlussbericht der Enquete-Kommission „Wachstum, Wohlstand, Lebensqualität – Wege zu nachhaltigem Wirtschaften und gesellschaftlichem Fortschritt in der Sozialen Marktwirtschaft, eingesetzt vom Deutschen Bundestag, <http://dip21.bundestag.de/dip21/btd/17/133/1713300.pdf>
- Erikson, Robert / Hanson, Erik J. / Ringen, Stein / Uusitalo, Hannu (Hrsg.) (1987): The Scandinavian Model: Welfare States and Welfare Research. Sharpe Inc.
- Eriksson, Lina / Rice, James Mahmud / Goodin, Robert E. (2007): Temporal Aspects of Life Satisfaction. In: Social Indicators Research, 80(3), S. 511-533
- Estevão, Marcello / Sá, Filipa (2008): The 35-Hour Week. In: Economic Policy, 23(55), S. 417-463
- Europarat (2010): Empfehlung 295 (2019) „Soziale Zeit, Freizeit: Welche lokale Zeitplanungspolitik ist sinnvoll?“ und Entschließung 313 (2010) „Soziale Zeit, Freizeit: Welche lokale Zeitplanungspolitik ist sinnvoll?“ Kongress der Gemeinden und Regionen, 19. Tagung, Oktober 2010
- Eurostat (2004): Guidelines on Harmonised European Time Use Surveys. Office for Official Publications of the European Communities. Office for official Publications of the European Communities
- Farsang, Andrea / Reisch, Lucia A. (2013): Scenarios as Tools for Initiating Behavior Change in Food Consumption. In: Fudge, Shane / Peters, Michael / Hoffman, Steven M. / Wehrmeyer, Walter (Hrsg.): The Global Challenge of Encouraging Sustainable Living. Opportunities, Barriers, Policy and Practice. Edward Elgar, S. 62-82
- FDA – Food and Drug Administration (2014): Nutrition Facts / Serving Sizes Combined PRIA. <http://www.fda.gov/downloads/Food/GuidanceRegulation/GuidanceDocumentsRegulatory-Information/LabelingNutrition/UCM385669.pdf>

- Flecker, Jörg / Hermann, Christoph / Mairhuber, Ingrid (2001): Internationale Beispiele für Arbeitszeitverkürzung, -umverteilung und -flexibilisierung. Studie im Auftrag des Bundesministeriums für Wirtschaft und Arbeit, Österreich. FORBA Forschungsbericht 1. Forschungs- und Beratungsstelle Arbeitswelt
- Frey, Bruno A. / Stutzer, Alois (2002): Happiness and Economics: How the Economy and Institutions Affect Human Well-Being. Princeton University Press
- Fürstenberg, Friedrich / Herrmann-Stojanov, Irmgard / Rinderspacher, Jürgen P. (Hrsg.) (1999): Der Samstag. Über Entstehung und Wandel einer modernen Zeitinstitution. Edition Sigma
- Galak, Jeff / Kruger, Justin / Loewenstein, George (2011): Is Variety the Spice of Life? It all Depends on the Rate of Consumption. In: Judgement and Decision Making, 6(3), S. 230-238
- Galak, Jeff / Kruger, Justin / Loewenstein, George (2013): Slow Down! Insensitivity to Rate of Consumption Leads to Avoidable Satiation. In: Journal of Consumer Research, 39, S. 993-1009
- Garhammer, Manfred (1994): Balanceakt Zeit. Auswirkungen flexibler Arbeitszeiten auf Alltag, Freizeit und Familie. Edition Sigma
- Garhammer, Manfred (1999): Wie Europäer ihre Zeit nutzen. Zeitstrukturen und Zeitkulturen im Zeichen der Globalisierung. Edition Sigma
- Gasparini, Giovanni (2004): Anticipation and the Surprises of Everyday Life. In: Social Science Information, 43(3), S. 339-348
- Geißler, Karl-Heinz (2012): Eine kleine Geschichte der Zeit. In: Fischer, Ernst P. / Klaus Wiegandt (Hrsg.): Dimensionen der Zeit: Die Entschleunigung unseres Lebens. Fischer, S. 11-33
- Gershuny, Jonathan (2000): Changing times: Work and leisure in postindustrial society. Oxford University Press
- Gershuny, Jonathan (2011): Time-Use Surveys and the Measurement of National Well-Being. Centre of Time-Use Research. Department of Sociology, University of Oxford
- Gesis (2006): VERA - Verzeitlichung des Raumes. http://sofis.gesis.org/sofiswiki/VERA_-_Verzeitlichung_des_Raumes
- Gladwell, Malcolm (2000): The Tipping Points: How Little Things Can Make a Big Difference. Little, Brown and Company
- Goodin, Robert E. (2001): Toward a Post-Productivist Welfare State. In: British Journal of Political Science, 31(1), S. 13-40
- Goodin, Robert E. (2010): Temporal Justice. In: Journal of Social Policy, 39(11), S. 1-16
- Goodin, Robert E. / Parpo, Antti / Kangas, Olli (2004): The Temporal Welfare State: The Case of Finland. In: Journal of Social Policy, 33(4), S. 531-552
- Goodin, Robert E. / Rice, James Mahmud / Parpo, Antti / Eriksson, Lina (2008): Discretionary Time: A New Measure of Freedom. Cambridge University Press
- Graham, Robert J. (1981): The Role of Perception of Time in Consumer Research. In: Journal of Consumer Research, 7, S. 335-342
- Grober, Ulrich (2013a): Die Entdeckung der Nachhaltigkeit: Kulturgeschichte eines Begriffs. Kunstmann
- Grober, Ulrich (2013b): Einübung in Gelassenheit. In: Psychologie Heute, Heft 33, S. 85-89

- Haderlapp, Thomas / Trattnig, Rita (2013): Zukunftsfähigkeit ist eine Frage der Kultur. Hemmnisse, Widersprüche und Gelingensfaktoren des kulturellen Wandels. oekom
- Hansson, Erik / Mattison, Kristoffer / Björk, Jonas / Östergren, Per-Olaf / Jakobsson, Kristina (2011): Relationship between Commuting and Health Outcomes in a Cross-Sectional Population Survey in Southern Sweden. In: Public Health, 11, S. 1-14
- Happiness Institut (2012): Happiness Studie: die Deutschen können Lebensfreude. Hrsg. Coca-Cola Deutschland. <http://www.happiness-institut.de/lebensfreude/lebensfreude-deutschland/>
- Hatzelmann, Elmar / Held, Martin (2005): Zeitkompetenz: Die Zeit für sich gewinnen. Übungen und Anregungen für den Weg zum Zeitwohlstand. Beltz
- Hayden, Anders (2006): France's 35-Hour Week: Attack on Business? Win-Win Reform? Or Betrayal of Disadvantaged Workers? In: Politics & Society, 34(4), S. 503-542
- Hayden, Anders (2013): Patterns and Purpose of Work-Time Reduction – A Cross-National Comparison. In: Coote, Anna / Franklin, Jane (Hrsg.): Time on Our Side: Why We All Need a Shorter Working Week. New economics foundation (nef), S. 125-141
- Hayden, Andres / Shandra, John M. (2009): Hours of Work and the Ecological Footprint of Nations: An Exploratory Analysis. In: Local Environment, 14(6), S. 575-600
- Heintzel, Peter (1999): Gegen die Beschleunigung: Innehalten für eine andere Zeitkultur (3. Auflage). Herder Spektrum
- Heitkötter, Martina (2006): Sind Zeitkonflikte des Alltags gestaltbar? Prozesse und Gegenstände lokaler Zeitpolitik am Beispiel des ZeitBüro-Ansatzes. Peter Lang
- Heitkötter, Martina / Schneider, Manuel (Hrsg.) (2007): Zeitpolitisches Glossar. Grundbegriffe - Felder - Instrumente – Strategien. Reihe: Tutzing Materialien. Evangelische Akademie Tutzing
- Held, Martin (1993): Zeitmaße für die Umwelt. Auf dem Weg zu einer Ökologie der Zeit. In: Held, Martin / Geißler, Karlheinz A. (Hrsg.): Ökologie der Zeit. Vom Finden der rechten Zeitmaße. Hirzel, S. 11-31
- Held, Martin (2012): Öl als fossiler Treiber der Beschleunigung. In: Fischer, Ernst P. / Wiegandt, Klaus (Hrsg.): Dimensionen der Zeit, S. 268-290
- Held, Martin / Geißler, Karlheinz A. (Hrsg.) (1993): Ökologie der Zeit - Vom Finden der rechten Zeitmaße. Reihe Edition Universitas. Hirzel
- Held, Martin / Geißler, Karlheinz A. (Hrsg.) (1995): Von Rhythmen und Eigenzeiten. Perspektiven einer Ökologie der Zeit. Reihe Edition Universitas. Hirzel
- Held, Martin / Hölker, Franz / Jessel, Beate (Hrsg.) (2013): Schutz der Nacht – Lichtverschmutzung, Biodiversität und Nachtlandschaft. BfN Skripten 336. Bundesamt für Naturschutz
- Helliwell, John F. / Layard, Richard / Sachs, Jeffrey (Hrsg.) (2013): World Happiness Report 2013. UN Sustainable Development Solutions Network
- Hellmann, Kai-Uwe (2009): Konsum und Zeit. Schnappschuss eines Forschungsstandes. In: Berliner Debatte Initial „Konsumzeit – Zeitkonsum“, Nr. 20, S. 30-39
- Helson, Harry (1964): Adaptation-Level Theory. Harper & Row
- Henckel, Dietrich (2003): Die Koordination sozialer Zeiten. In: Deutsche Gesellschaft für Zeitpolitik (Hrsg.): Zeit für Zeitpolitik, Atlantik, S. 83-86

- Henckel, Dietrich / Könecke, Benjamin / Thomaier, Susanne (2013): Further Research and Policy Perspectives. In: Henckel, Dietrich / Thomaier, Susanne/ Könecke, Benjamin / Zedda, Roberto / Stabilini, Stefano (Hrsg.): Space-Time Design of the Public City. Springer, S. 301-309
- Henckel, Dietrich / Thomaier, Susanne/ Könecke, Benjamin / Zedda, Roberto / Stabilini, Stefano (Hrsg.) (2013): Space-Time Design of the Public City. Springer
- Heyen, Dirk A. (2013): Auswertung des aktuellen Forschungs- und Wissenstandes zu Transformationsprozessen und -strategien. AP1 des Forschungsprojekts „Transformationsstrategien und Models of Change für nachhaltigen gesellschaftlichen Wandel“ (FKZ 371211103). Öko-Institut
- Heyen, Dirk A. / Fischer, Corinna / Barth, Regine / Brunn, Christoph / Griebhammer, Rainer / Keimeyer, Friedhelm / Wolff, Franziska (2013): Mehr als nur weniger. Suffizienz: Notwendigkeit und Optionen politischer Gestaltung. Öko-Institut Working Paper 3
- Hildebrandt, Eckart / Linne, Gudrun (Hrsg.) (2000): Reflexive Lebensführung: Zu den zeitpolitischen Folgen flexibler Arbeit. Forschung aus der Hans-Böckler-Stiftung, Edition Sigma
- Hochschild, Arlie R. (2002): Work-Life-Balance. Keine Zeit – Wenn die Firma zum Zuhause wird und zu Hause nur Arbeit wartet. Leske + Budrich
- Hofmeister, Sabine / Spitzner, Meike (Hrsg.) (1999): Zeitlandschaften. Perspektiven öko-sozialer Zeitpolitik. Reihe Edition Universitas. Hirzel
- Hofstetter, Patrick / Madjar, Michael (2003): Linking Change in Happiness, Time-Use, Sustainable Consumption, and Environmental Impacts. An Attempt to Understand Time-Rebound Effects. Final Report. Consultrix GmbH
- Holmberg, John / Larsson, Jörgen / Nässén, Jonas / Svenberg, Sebastian / Andersson, David (2012): Low-Carbon Transitions and the Good Life. www.naturvardsverket.se, Naturvårdsverket
- Hörning, Karl / Gerhard, Annette / Michailow, Matthias (1990): Zeitpioniere. Flexible Arbeitszeiten – neuer Lebensstil. Suhrkamp
- Hunecke, Marcel (2013): Psychische Ressourcen zur Förderung nachhaltiger Lebensstile. Denkwerk Zukunft
- Inglehart, Ronald (2000): Changing Values in the New Millennium: Challenges to Representative Democracy. The Future of Representative Democracy. Seminar at Umeå Universität. Gidlund
- Jackson, Tim (2009): Prosperity Without Growth. Economics for a Finite Planet. Earthscan
- Jacoby, Jacob / Szybillo, George J. / Kohn Berning, Carol (1976): Time and Consumer Behavior: An Interdisciplinary Overview. In: Journal of Consumer Research, 2, S. 320-339
- Jalas, Mikko (2009): Time-Use Rebound Effects: An Activity-Based View of Consumption. In: Herring, Horace / Sorrell, Steve (Hrsg.): Energy Efficiency and Sustainable Consumption. Palgrave Macmillan, S. 167-184
- Jalas, Mikko (2012): Debating the Proper Pace of Life: Sustainable Consumption Policy Processes at National and Municipal Levels. In: Environmental Politics, 21(3), S. 369-386
- Jégou, François, / Seyrig, Adèle / Scholl, Gerd / Farsang, Andrea / Field, Simon / Finnane, Anne / Freytag, Elisabeth / Lopez Galviz, Carlos / Hakaste, Harri / Ilieva, Lucia / Marolda, Maria Cristina / Reisch, Lucia A. / Rouhinen, Sauli / Rubik, Frieder / Stein, Mark / Strandbakken, Pål

- (2013): Sustainable Street 2030. CORPUS Toolkit for Collaborative Scenario Building. Ebook. <http://www.strategicdesignscenarios.net/sustainable-street-2030/>
- Jørgensen, Torben B. / Bozeman, Barry (2007): Public Values: An Inventory. In: Policy and Society, 39(3), S. 354-381
- Jurczyk, Karin (2013): Familienrealitäten: Vielfalt, Leistungen, Überforderungen. In: Förster, Charis / Höhn, Kariane / Schreiner, Sonja A. (Hrsg.): Kindheitsbilder - Familienrealitäten. Prägende Elemente in der pädagogischen Arbeit. Herde, S. 62-76
- Kaenzig, Josef / Jolliet, Oliver (2006): Umweltbewusster Konsum: Schlüsselentscheide, Akteure und Konsummodelle. Umwelt-Wissen Nr. 0616. Schweizer Bundesamt für Umwelt
- Kasser, Tim / Brown, K. W. (2003): On Time, Happiness, and Ecological Footprints. In: de Graaf, John (Hrsg.): Take Back Your Time. Fighting Overwork and Time Poverty in America. Berrett-Koehler, S. 107-112
- Kasser, Tim / Sheldon, Kennon M. (2009): Time Affluence as a Path Toward Personal Happiness and Ethical Business Practice: Empirical Evidence from Four Studies. In: Journal of Business Ethics, 84, S. 243-255
- Kasser, Tim / Vansteekiste, Maarten / Deckop, John R. (2006): The Ethical Problems of a Materialist Value Orientation for Businesses and Some Suggestions for Alternatives. In: Deckop, John R. (Hrsg.): Human Resource Management Ethics. Information Age Publishing, S. 283-306
- Keeler, John T. S. (1993): Opening the Window for Reform: Mandates, Crises, and Extraordinary Policy-Making. In: Comparative Political Studies, 25, S. 433-486
- Killingsworth, Matthew A. / Gilbert, Daniel T. (2010): A Wandering Mind is an Unhappy Mind. In: Science, 330, S. 932
- Kingdon, John W. (1995): Agendas, Alternatives, and Public Policies. Longman (2. Auflage)
- Kirschenmann, Lena (2013): Argumente für einen neuen Umgang mit Zeit und Wohlstand. In: Konzeptwerk Neue Ökonomie e.V. (Hrsg.): Zeitwohlstand. Wie wir anders arbeiten, nachhaltig wirtschaften und besser leben. oekom, S. 88-97
- Klauer, Bernd / Manstetten, Reiner / Petersen, Thomas / Schiller, Johannes (2013): Die Kunst langfristig zu denken: Wege zur Nachhaltigkeit. Nomos
- Klauer, Sheila G. / Dingus, Thomas A. / Neale, Vicky L. / Sudweeks, Jeremy / Ramsey, David (2006): The Impact of Driver Inattention on Near-Crash/Crash Risk: An Analysis Using the 100-Case Naturalistic Driving Study Data. U.S. Department of Transportation, National Highway Traffic Safety Administration, No. HS-810 594
- König, Wolfgang (1998): Fast Food: Zur Ubiquität und Omnitemporalität des modernen Essens. In: Adam, Barbara / Geißler, Karlheinz / Held, Martin (Hrsg.): Die Nonstop-Gesellschaft und ihr Preis. Vom Zeitmissbrauch zur Zeitkultur. Reihe Edition Universitas. Hirzel, S. 45-62
- Kristof, Kora (2010): Models of Change: Einführung und Verbreitung sozialer Innovationen und gesellschaftlicher Veränderungen in transdisziplinärer Perspektive. vdf Hochschulverlag
- Krueger, Alan B. / Kahneman, Daniel / Fischler, Claude / Schkade, David / Schwarz, Norbert / Stone, Arthur A. (2009): Time Use and Subjective Well-Being in France and the US. In: Social Indicators Research, 93(1), S. 7-18

- Krueger, Alan B. / Mueller, Andreas I. (2012): Time Use, Emotional Well-Being, and Unemployment: Evidence from Longitudinal Data. In: The American Economic Review, 102(3), S. 594-599
- Kuhn, Thomas / Maurer, Andrea (1995): Ökonomische Theorie der Zeitallokation – Gary Becker's Weiterentwicklung der Konsum- und Haushaltstheorie. In: Bievert, Bernd / Held, Martin (Hrsg.): Zeit in der Ökonomik: Perspektiven für die Theoriebildung. Campus, S. 132-146
- Kümmerer, Klaus / Held, Martin / Pimentel, David (2010): Sustainable Use of Solis and Time. In: Journal of Soil and Water Conservation, 65(2), S. 141-149
- Larsson, Jörgen / Andersson, David / Holberg, John / Nässén, Jonas (2013): Temporal Well-being: A Central Dimension of Sustainable Lifestyles? Paper presented at the SCORAI Conference, June 2013, Worcester, MA, Clark University
- Laux, Henning / Rosa, Hartmut (2009): Die beschleunigte Demokratie – Überlegungen zur Weltwirtschaftskrise, WSI-Mitteilungen 10, S. 547-553.
- Layard, Richard (2005): Happiness: Lessons from a New Science. Penguin Books
- Linder, Staffan (1971): Das Linder-Axiom oder warum wir keine Zeit mehr haben. Bertelsmann. (Englisches Original: The Harried Leisure Class. Columbia Press, 1970)
- Lohmann-Haislah, Andrea (2012): Stressreport Deutschland 2012. Psychische Anforderungen, Ressourcen und Befinde. Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin
- Lönneker, Jens (2009): Die Verknappung der Zeit: Vom Konsumieren in neuen Zeitrhythmen. In: Berliner Debatte Initial, 20(1), S. 4-9
- Loske, Reinhard (2013): Eine wirkmächtige Förderin der Veränderung. Die Rolle der Kommunen. In: Politische Ökologie „Baustelle Zukunft. Die Große Transformation von Wirtschaft und Gesellschaft“, S. 94-101
- Lunn, Pete (2014). Regulatory Policy and behavioural Economics. OECD Publishing.
- Mairhuber, Ingrid / Atzmüller, Roland (2009): Zeitpolitik in Wien – Politik zur Sicherung der Lebensqualität Machbarkeitsstudie: Kommunale Zeitpolitik und Projektideen für Wien. Forschungs- und Beratungsstelle Arbeitswelt
- Marks, Nic / Thompson, Sam / Eckersley, Richard / Jackson, Tim / Kasser, Tim (2006): Sustainable Development and Well-Being: Relationships, Challenges and Policy Implications. A Report by The Centre Of Well-Being, nef (the new economics foundation) for Defra (Department for Environment, Food and Rural Affairs). nef
- Matheson, Craig (2007): In Praise of Bureaucracy? A Dissent from Australia. In: Policy and Society, 39(2), S. 233-261
- Meijer, Thomas (2013): Work and School Times. In: Nguyen, Bich Phuong / Postma, Elbrich / Ekkers, David / Degener, Fabian / Meijer, Thomas (Hrsg.): Bad Kissingen: the First ChronoCity in the World, S. 6-9. http://www.badkissingen.de/de/wirtschaftsfoerderung/web-blog-neu/chronobiologie/m_68839_dl
- Meyer, Iris (2001): Zeitstrukturen und soziale Zeitbindungen in Privathaushalten. Abbildung und Erfassung in ausgewählten Zeitbudgetdaten. Schneider
- Miller, George A. (1956): The Magical Number Seven, Plus or Minus Two: Some Limits on our Capacity for Processing Information. In: Psychological Review, 63, S. 81-97

- Mortimer, Michael J. / McLeod, Scott D. (2006): Managing Montana's Trust Land Old-Growth Forests: Practical Challenges in Implementing Scientific Policy. In: Administration & Society, 38(4), S. 447-471
- Moshe, Mira (2010): It's About Time: Policy Time. In: Policy Studies, 31(3), S. 319-330
- Mückenberger, Ulrich (1985): Die Krise des Normalarbeitsverhältnisses. Hat das Arbeitsrecht noch Zukunft? In: Zeitschrift für Sozialreform, 31, S. 415-475
- Mückenberger, Ulrich (1986): Erfahrungsansatz unter Bedingungen der zweiten industriellen Revolution. In: Bundesarbeitstagung Gewerkschaftliche Bildung (Hrsg.): Protokoll der Bundesarbeitstagung 'Gewerkschaftliche Bildung' in Hattingen. Band 8II, S. 131-157
- Mückenberger, Ulrich (1992): Die Frauen verändern die Zeiten. Tempi della città - Zeitkoordination als Aufgabe kommunaler Gestaltung sowie Gesetzentwurf "Die Frauen verändern die Zeiten" (Lebenszyklus, Arbeitszeit, Zeit der Stadt)". In: Kritische Justiz, 25(1), S. 98-111
- Mückenberger, Ulrich (2004a): Zeitpolitik. In: Heitkötter, Martina / Schneider, Manuel (Hrsg.): Zeitpolitisches Glossar. Grundbegriffe – Felder – Instrumente – Strategien. Deutsches Jugendinstitut.
- Mückenberger, Ulrich (2004b): Metronome des Alltags - Betriebliche Zeitpolitiken, lokale Effekte, soziale Regulierung. Edition Sigma
- Mückenberger, Ulrich (2007): Ziehungsrechte – Ein zeitpolitischer Weg zur "Freiheit in der Arbeit". In: WSI-Mitteilungen, S. 195-201
- Mückenberger, Ulrich (2008): Verzeitlichung des Raumes (VERA): Endbericht; Berichtszeitraum: 5/2004-12/2007. Hamburg: Universität Hamburg, Fakultät Wirtschafts- und Sozialwissenschaften, Department Wirtschaft und Politik, Forschungsstelle Zeitpolitik.
- Mückenberger, Ulrich (2011): Local Time Policies in Europe. In: Time & Society, 20(2), S. 241-273
- Mückenberger, Ulrich (2012): Lebensqualität durch Zeitpolitik. Wie Zeitkonflikte gelöst werden können. Berlin: Edition Sigma
- Mückenberger, Ulrich (2013a): Do Urban Time Policies Have a Real Impact on Quality of Life? And Which Methods Are Apt to Evaluate Them. In: Henckel, Dietrich / Thomaier, Susanne / Könecke Benjamin / Zedda, Roberto / Stabilini, Stefano (Hrsg.): Space Time Design of the Public City, Springer, S. 289-300
- Mückenberger, Ulrich (2013b): Demokratie braucht Zeit. Einleitungsvortrag zur Jahrestagung 2013 „Demokratie braucht Zeit“ der Deutschen Gesellschaft für Zeitpolitik, 25./26.10.2013. http://www.zeitpolitik.de/pdfs/jt13_Einleitungsvortrag.pdf
- Mückenberger, Ulrich (2013c): Versuch eines Resümees. Jahrestagung 2013 „Demokratie braucht Zeit“ der Deutschen Gesellschaft für Zeitpolitik, 25./26.10.2013. http://www.zeitpolitik.de/pdfs/jt13_Resumee.pdf
- Mückenberger, Ulrich (Hrsg.) (2000): Zeiten der Stadt. Reflexionen und Materialien zu einem neuen gesellschaftlichen Gestaltungsfeld. Edition Temmen
- Mückenberger, Ulrich / Timpf, Siegfried (2005): VERA Working Papers No. 1. Universität Hamburg
- Mullainathan, Sendhil / Shafir, Eldar (2013): Scarcity: Why Having Too Little Means so Much. Times Books. (Deutscher Titel: Knappheit, Was es mit uns macht, wenn wir zu wenig haben. Campus, 2013)

- Müller, Kai-Uwe / Neumann, Michael / Wrohlich, Katharina (2013): Familienarbeitszeiten – Wirkungen und Kosten einer Lohnersatzleistung bei Familienteilzeit. Expertise im Auftrag der Friedrich-Ebert Stiftung und der Hans-Böckler-Stiftung. http://www.boeckler.de/pdf_fof/S-2013-659-3-1.pdf
- Müller, Michael (1998): Öko-soziale Zeitpolitik. In: Adam, Barbara / Geißler, Karlheinz A. / Held, Martin (Hrsg.): Die Nonstop-Gesellschaft und ihr Preis. Vom Zeitmissbrauch zur Zeitkultur. Reihe Edition Universitas. Hirzel, S. 219-238
- Myrdal, Alva (1945): Nation and Family: The Swedish Experiment in Democratic Family and Population Policy. Kegan Paul, Trench, Trubner & Co
- Nässén, Jonas / Larsson, Jörgen (2014): Would Shorter Work Time Reduce Greenhouse Gas Emissions? An Analysis of Time Use and Consumption in Swedish Households. In: Environment and Planning C: Policy and Government (im Druck)
- Nässén, Jonas / Larsson, Jörgen / Holmberg, John (2009): The Effect of Work Hours on Energy Use: A Micro-Analysis of Time and Income Effects. ECEEE Summer Study
- Nguyen, Bich Phuong (2013): Shift Work and Diet. In: Nguyen, Bich Phuong / Postma, Elbrich / Ekkers, David / Degener, Fabian / Meijer, Thomas (Hrsg.): Bad Kissingen: the First ChronoCity in the World, S. 10-11. http://www.badkissingen.de/de/wirtschaftsfoerderung/web-blog-neu/chronobiologie/m_68839_dl
- Normattiva (2000): LEGGE 8 Marzo 2000, n. 53. Disposizioni per il sostegno della maternita' e della paternita', per il diritto alla cura e alla formazione e per il coordinamento dei tempi delle citta'. <http://www.normattiva.it/uri-res/N2Ls?urn:nir:stato:legge:2000;53>
- Nussbaum, Martha (1999): Gerechtigkeit oder Das Gute Leben. Suhrkamp
- Nussbaum, Martha (2011): Creating Capabilities: The Human Development Approach. Harvard University Press
- Oginska, Halszka (2011): Can You Feel The Rhythm? A Short Questionnaire to Describe Two Dimensions of Chronotype. In: Personality and Individual Differences, 50(7), S. 1039-1043
- Oliver, Adam (Hrsg.) (2013): Behavioural Public Policy. Cambridge University Press
- Paech, Nico (2013): Suffizienz und Subsistenz: Therapievorschlage zur Uberwindung der Wachstumsdiktatur. In: Konzeptwerk Neue Ökonomie e.V. (Hrsg.): Zeitwohlstand. Wie wir anders arbeiten, nachhaltig wirtschaften und besser leben. oekom, S. 40-49
- Paqué, Karl-Heinz (2010): Wachstum! Die Zukunft des globalen Kapitalismus. Hanser
- Parkins, Wendy (2004): Out of Time. Fast Subjects and Slow Living. In: Time & Society, 13(2-3), S. 363-382
- Pickett, Kate / Wilkinson, Richard (2010): Gleichheit ist Glück: Warum gerechte Gesellschaften für alle besser sind. Tolkemitt bei Zweitausendeins. (Englisches Original: The Spirit Level: Why More Equal Societies Almost Always Do Better. Alan Lane, 2009)
- Portland Plan (2014): 20-Minute Neighborhoods. <http://www.portlandonline.com/portlandplan/index.cfm?c=52256&a=288098>
- Postma, Ellbrich (2013a): Bad Kissingen: the First ChronoCity in the World. In: Nguyen, Bich Phuong / Postma, Elbrich / Ekkers, David / Degener, Fabian / Meijer, Thomas (Hrsg.): Bad Kissingen: the First ChronoCity in the World, S. 4-5. http://www.badkissingen.de/de/wirtschaftsfoerderung/web-blog-neu/chronobiologie/m_68839_dl

- Postma, Ellbrich (2013b): Chronobiology in the Hospital. In: Nguyen, Bich Phuong / Postma, Elbrich / Ekkers, David / Degener, Fabian / Meijer, Thomas (Hrsg.): Bad Kissingen: the First ChronoCity in the World, S. 11-15.
http://www.badkissingen.de/de/wirtschaftsfoerderung/web-blog-neu/chronobiologie/m_68839_dl
- Prochaska, James O. / DiClemente, Carlo C. (1983): Stages and Processes of Self-Change of Smoking: Toward an Integrative Model of Change. In: Journal of Consulting and Clinical Psychology, 51(3), S. 390-395
- Radoccia, Raffaella (2013): Time Policies in Italy: The Case of the Middle Adriatic Regions. In: Henckel, Dietrich / Thomaier, Susanne/ Könecke, Benjamin / Zedda, Roberto / Stabilini, Stefano (Hrsg.): Space-Time Design of the Public City. Springer, S. 245-255
- Reheis, Fritz (1998): Die Kreativität der Langsamkeit: Neuer Wohlstand durch Entschleunigung (2. Auflage). Primus
- Reheis, Fritz (2013): Demokratie braucht Zeit. Erweiterter Kommentar zu Ulrich Mückenbergers Einstiegsvortrag auf der Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Zeitpolitik, 25./26.10.2013. http://www.zeitpolitik.de/pdfs/jt13_VortragReheis.pdf
- Reisch, Lucia A. (1995): Status und Position. Kritische Analyse eines sozio-ökonomischen Leitbildes. Gabler Edition Wissenschaft / Deutscher Universitäts-Verlag
- Reisch, Lucia A. (1999): Güterwohlstand und Zeitwohlstand – Zur Ökonomie und Ökologie der Zeit. In: Hofmeister, Sabine / Spitzner, Meike (Hrsg.): Zeitlandschaften. Perspektiven öko-sozialer Zeitpolitik. Hirzel, S. 131-157
- Reisch, Lucia A. (2001a): Time and Wealth. The Role of Time and Temporalities for Sustainable Patterns of Consumption. In: Time & Society, 10(2/3), S. 387-405. Wieder abgedruckt in: Warde, Alan (Hrsg.) (2010). Consumption (Vol. II). Benchmarks in Culture and Society Series. Sage, S. 385-402
- Reisch, Lucia A. (2001b): Zeitwohlstand und materielle Orientierung in der Ökonomie. Wiedergewinnung aller Bereiche des Wirtschaftens für die Theoriebildung. In: Held, Martin / Nuttinger, Hans G. (Hrsg.): Nachhaltiges Naturkapital. Ökonomie und zukünftige Entwicklung. Campus, S. 207-229
- Reisch, Lucia A. (2002): Ist das Thema Zeitwohlstand theoriefähig? Plädoyer für einen theoriegeleiteten Zeitwohlstandsdiskurs. In: Rinderspacher, Jürgen P. (Hrsg.): Zeitwohlstand: Ein Konzept für einen anderen Wohlstand. Edition Sigma, S. 37-57
- Reisch, Lucia A. (2003): Statusspiele: Der Einfluss sozialer Vergleichsprozesse auf wirtschaftliches Verhalten. In: Held, Martin / Kubon-Gilke, Gisela / Storn, Richard (Hrsg.): Grundfragen der normativen und institutionellen Ökonomie, Jahrbuch 2: Experimente in der Ökonomie. Metropolis, S. 217-240
- Reisch, Lucia A. / Gwozdz, Wencke (2011): Von der „Macht der Defaults“ und vom „sanften Stupsen“: Verhaltensökonomische Erkenntnisse als Impulse für eine effektive Ernährungspolitik. In: Ploeger, Angelika / Hirschfelder, Gunther / Schönberger, Gesa (Hrsg.): Die Zukunft auf dem Tisch. Analysen, Trends und Perspektiven der Ernährung von morgen. VS Verlag, S. 323-336
- Reisch, Lucia A. / Oehler, Andreas (2009): Behavioural Economics: Eine neue Grundlage für die Verbraucherpolitik? In: DIW Vierteljahreshefte zur Wirtschaftsforschung, „Verbraucherpolitik zwischen Markt und Staat“, 78(3), S. 30-43

- Reißig, Rolf (2009): Gesellschafts-Transformation im 21. Jahrhundert. Springer
- Reuyß, Stefan / Pfahl, Svenja / Rinderspacher, Jürgen P. / Menke, Katrin (2012): Pflegesensible Arbeitszeiten. Perspektiven der Vereinbarkeit von Beruf und Pflege. Edition Sigma
- Riescher, Gisela (1994): Zeit und Politik. Zur institutionellen Bedeutung von Zeitstrukturen in parlamentarischen und präsidentiellen Regierungssystemen. Nomos
- Rifkin, Jeremy (1988): Uhrwerk Universum. Die Zeit als Grundkonflikt des Menschen. Kindler (Englisches Original: Time Wars. The Primary Conflict in Human History. Henry, Holt & Company, 1987)
- Rinderspacher, Jürgen (2000): Ohne Sonntag gibt es nur noch Werktage. Die soziale und kulturelle Bedeutung des Wochenendes. J. H. W. Dietz Verlag (2. überarbeitete Aufl.: Am Ende der Woche, 1987)
- Rinderspacher, Jürgen P. (1985): Gesellschaft ohne Zeit. Individuelle Zeitverwendung und soziale Organisation der Arbeit. Campus
- Rinderspacher, Jürgen P. (1987): Am Ende der Woche: Die soziale und kulturelle Bedeutung des Wochenendes. Ein Gutachten für die Industriegewerkschaft Metall. Verlag Neue Gesellschaft
- Rinderspacher, Jürgen P. (1996): Zeit für die Umwelt: Handlungskonzepte für eine ökologische Zeitverwendung. Edition Sigma
- Rinderspacher, Jürgen P. (2003a): Der Bürger, das zeitlose Wesen – Thesen zu einer verdrängten Seite der Bürgergesellschaft. In: Rinderspacher, Jürgen P. (Hrsg.): Zeit für alles – Zeit für nichts: Die Bürgergesellschaft und ihr Zeitverbrauch. SWI-Verlag, S. 10-39
- Rinderspacher, Jürgen P. (2012): Zeitwohlstand – Kriterien für einen anderen Maßstab von Lebensqualität. In: WISO (Institut für Sozial- und Wirtschaftswissenschaften, Österreich), Nr. 1, S. 11-26
- Rinderspacher, Jürgen P. (Hrsg.) (2002): Zeitwohlstand: Ein Konzept für einen anderen Wohlstand der Nation. Edition Sigma
- Rinderspacher, Jürgen P. (Hrsg.) (2003b): Zeit für alles – Zeit für nichts: Die Bürgergesellschaft und ihr Zeitverbrauch. SWI-Verlag
- Roenneberg, Till (2012): Was ist der wahre Preis des Weckers? Biorhythmen und Zeiträume im Körper. In: Fischer, Ernst P. / Wiegandt, Klaus (Hrsg.): Dimensionen der Zeit. Die Entschleunigung unseres Lebens. Fischer, S. 116-144
- Rogers, Everett M. (2003): Diffusions of Innovations (5. Auflage). Free Press
- Rosa, Hartmut (2005): Beschleunigung. Die Veränderung der Zeitstruktur in der Moderne. Suhrkamp
- Rosa, Hartmut (2013): Resonanz statt Entfremdung. Zehn Thesen wider die Steigerungslogik der Moderne. In: Konzeptwerk Neue Ökonomie e.V. (Hrsg.): Zeitwohlstand. Wie wir anders arbeiten, nachhaltig wirtschaften und besser leben. oekom, S. 62-73
- Rosa, Hartmut / Lorenz, Stephan (2009): Schneller kaufen! Zum Verhältnis von Konsum und Beschleunigung. In: Berliner Debatte Initial, 20(1), S. 10-18
- Rosnick, David / Weisbrot, Mark (2006): Are Shorter Work Hours Good for The Environment? A Comparison of U.S. and European Energy Consumption. Center for Economic and Policy Research CEPR, Washington DC

- Rotmans, Jan / Kemp, René / van Asselt, Marjolein (2001): More Evolution than Revolution. Transition Management in Public Policy. In: Foresight, 3(1), S. 15-31
- Sanne, Christer (2002): Willing Consumers – or Locked-In? Policies for a Sustainable Consumption. In: Ecological Economics, 42, S. 279-287
- Schäfer, Martina / Jaeger-Erben, Melanie / Bamberg, Sebastian (2012): Life Events as Windows of Opportunity for Changing Towards Sustainable Consumption Patterns? In: Journal of Consumer Policy, 35(1), S. 65-84
- Scherhorn, Gerhard (1994): Macht Konsum glücklich? In: Albrecht, Hartmut (Hrsg.): Einsicht als Agens des Handelns. Beratung und angewandte Psychologie. Margraf, S. 143-152
- Scherhorn, Gerhard (1995): Güterwohlstand und Zeitwohlstand: Über die Unvereinbarkeit des materiellen und des immateriellen Produktivitätsbegriffs. In: Biervert, Bernd / Held, Martin (Hrsg.): Zeit in der Ökonomik. Campus, S. 147-168
- Scherhorn, Gerhard (2000): Die produktive Verwendung der freien Zeit. In: Hildebrandt, Eckart (Hrsg.): Reflexive Lebensführung. Forschung aus der Hans-Böckler-Stiftung, Edition Sigma, S. 343-377
- Scherhorn, Gerhard / Reisch, Lucia A. (1999): Güterwohlstand und Zeitwohlstand – „Ich wär’ so gern ein Zeitmillionär“. In: Politische Ökologie, 57/58, S. 52-56
- Schönberger, Gesa / Methfessel, Barbara (Hrsg.) (2011): Mahlzeiten: Alte Last oder neue Lust? VS Verlag
- Schor, Juliet B. (2005): Sustainable Consumption and Worktime Reduction. In: Journal of Industrial Ecology, 9(1), S. 37-50
- Schor, Juliet B. (2013): The Triple Dividend. In: Coote, Anna / Franklin, Jane (Hrsg.): Time on Our Side: Why We All Need a Shorter Working Week. New economics foundation (nef), S. 3-18
- Schor, Juliet B. / Fitzmaurice, Connor J. (2014): Collaborating and Connecting: The Emergence of the Sharing Economy. In: Reisch, Lucia A. / Thøgersen, John (Hrsg.): Handbook on Research on Sustainable Consumption. Edward Elgar (im Druck)
- Seidl, Irmi / Zahrnt, Angelika (2013): Neuer Wohlstand, neues Wohlergehen. Die Postwachstumsgesellschaft. In: Politische Ökologie „Baustelle Zukunft. Die Große Transformation von Wirtschaft und Gesellschaft“, S. 46-52
- Sen, Amartya (2000): Ökonomie für den Menschen. Wege zu Gerechtigkeit und Solidarität in der Marktgesellschaft. Hanser (Englisches Original: Development as Freedom. Oxford University Press, 1999)
- Shafir, Eldar (2013): The Behavioural Foundations of Public Policy. Princeton University Press
- Siefkes, Christian (2012): Peer-Produktion der unerwartete Aufstieg einer commonsbasierten Produktionsweise. In: Helfrich, Silke / Heinrich Böll Stiftung: Commons: Für eine neue Politik jenseits von Markt und Staat. Transcript, S. 348-354
- Simms, Andrew (2010): The Four-day Week: Less is More. In: The Guardian, 22 February 2013. <http://www.theguardian.com/money/2013/feb/22/four-day-week-less-is-more>
- Soper, Kate (2006): Conceptualizing Needs in the Context of Consumer Politics. In: Journal of Consumer Policy, 29(4), S. 355-372

- Southerton, Dan (2003): Squeezing Time: Allocation Practices, Coordinating Networks and Scheduling Society. In: Time & Society, 12(1), S. 5-25
- Spitzner, Meike (1999): Zukunftsoffenheit statt Zeitherrschaft – Konturen öko-sozialer Zeitpolitik. In: Hofmeister, Sabine / Spitzner, Meike (Hrsg.): Zeitlandschaften. Perspektiven öko-sozialer Zeitpolitik. Reihe Edition Universitas. Hirzel, S. 267-327
- Statistisches Bundesamt (2003): Wo bleibt die Zeit? Die Zeitverwendung der Bevölkerung in Deutschland 2001/02. Im Auftrag des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Statistisches Bundesamt
- Statistisches Bundesamt (2004): Alltag in Deutschland: Analysen zur Zeitverwendung. Beiträge zur Ergebniskonferenz der Zeitbudgeterhebung 2001/02 am 16./17. Februar 2004 in Wiesbaden. Forum der Bundesstatistik Bd. 43. Statistisches Bundesamt
- Statistisches Bundesamt (2012): Nachhaltige Entwicklung in Deutschland. Indikatorenbericht 2012. Statistisches Bundesamt.
https://www.destatis.de/DE/Publikationen/Thematisch/UmweltoekonomischeGesamtrechnungen/Umweltindikatoren/IndikatorenPDF_0230001.pdf?__blob=publicationFile
- Statistisches Bundesamt (2013): Volkswirtschaftliche Gesamtrechnungen. Inlandsproduktberechnung 2012. Lange Reihen ab 1970, Fachserie 18, Reihe 1.5 "Lange Reihen". Statistisches Bundesamt
- Steinmüller, Karlheinz (2008): Methoden der Zukunftsforschung – Langfristorientierung als Ausgangspunkt für das Technologie-Roadmapping. In: Möhrle, Martin G. / Isenmann, Ralf (Hrsg.): Technologie-Roadmapping. Zukunftsstrategien für Technologieunternehmen. Springer, S. 85-105
- Strayer, David L. / Drews, Frank A. / Crouch, Dennis (2006): A Comparison of the Cell Phone Driver and the Drunk Driver. In: Human Factors, 48(2), S. 381-391
- Stutzer, Alois / Frey, Bruno S. (2008): Stress that Doesn't Pay: The Commuting Paradox. In: Scandinavian Journal of Economics, 110(2), S. 339-366
- Sunstein, Cass / Reisch, Lucia (2014): Automatically Green: Behavioral Economics and Environmental Protection. In: Harvard Environmental Law Review, 38(1), S. 127-158
- Sunstein, Cass R. (2013): Simpler. The Future of Government. Simon and Schuster
- Sunstein, Cass R. (2014): Why nudge? The Politics of Libertarian Paternalism. Yale University Press
- Sunstein, Cass R. / Reisch, Lucia A. (2014): Automatically Green: Behavioral Economics and Environmental Protection. In: Harvard Environmental Law Review (im Druck)
- Swim, Janet K. / Stern, Paul C. / Doherty, Thomas / Clayton, Susan / Reser, John / Weber, Elke / Gifford, Robert / Howard, George S. (2011): Psychology's Contributions to Understanding and Addressing Global Climate Change. In: American Psychologist, 66, S. 241-250
- Syntheseteam (Syntheseteam des Themenschwerpunkts „Vom Wissen zum Handeln - Neue Wege zum nachhaltigen Konsum“) (2013): Konsum-Botschaften: Was Forschende für die gesellschaftliche Gestaltung nachhaltigen Konsums empfehlen. Hirzel
- Taleb, Nassim N. (2008): Der schwarze Schwan. Die Macht höchst unwahrscheinlicher Ereignisse. Carl Hauser. (Englisches Original: The Black Swan: The Impact of the Highly Improbable, Random House, 2007)

- TCS - Touring Club Schweiz (2008): Zonen unter der Lupe. <http://www.tcs.ch/de/assets/auf-der-strasse/tempo-30-begegnungszonen/tcs-zonen-unter-lupe.pdf>
- Teriet, Bernhard (1976): Zeitsouveränität durch flexible Arbeitszeit. In: Aus Politik und Zeitgeschichte, 26 (31), S. 3-16.
- Thaler, Richard / Sunstein, Cass R. (2009): Nudge: Wie man kluge Entscheidungen anstößt. Econ. (Englisches Original: Nudge: Improving Decisions about Health, Wealth and Happiness. Penguin, 2008)
- Timpf, Siegfried (2005): VERA: Urbane Zeiten und Räume analysieren und gestalten. In: Technikfolgenabschätzung – Theorie und Praxis, 14(3), S. 106-109.
- Ueberhorst, Reinhard (1985): Positionelle und diskursive Politik. Eine Betrachtung zu politischen Alternativen und alternativen Politikstilen. In: Dialog über den Staat. Evangelische Akademie Kurhessen-Waldeck, S. 101-140
- UNEP – United Nations Environment Program (2008): Green Jobs. Towards Decent Work in a Sustainable, Low-Carbon World. United Nations Environment Programme
- Van Lange, Paul A. M. / Joireman, Jeff A. (2008): How We Can Promote Behavior That Serves All of Us in the Future. In: Social Issues and Policy Review, 2(1), S. 127-157
- van Parijs, Phillippe (1995): Real Freedom for All. Clarendon Press
- van Vugt, Mark / Griskevicius, Vladas / Schultz, P. Wesley (2014): Naturally Green: Harnessing Stone Age Psychological Biases to Foster Environmental Behavior. In: Social Issues and Policy Review, 8(1), S. 1-32
- van Wee, Bert / Rietveld, Piet / Meurs, Henk (2006): Is Average Daily Travel Time Expenditure Constant? In Search of Explanations for an Increase in Average Travel Time. In: Journal of Transport Geography, 14, S. 109–122
- Victor, Peter A. (2008): Managing without Growth: Slower by Design, not Disaster. Edward Elgar
- Vinz, Dagmar (2005): Zeiten der Nachhaltigkeit: Perspektiven für eine ökologische und geschlechtergerechte Zeitpolitik. Westfälisches Dampfboot
- Volkswagen (2013): Sichere Arbeitsplätze durch Flexibilität. http://www.volkswagen-karriere.de/de/was_uns_ausmacht/unsere_personalpolitik/arbeitszeitmodelle.html
- von Weizsäcker, Christine (1998): Missachtung von Zeitskalen: Abschied vom Versuch-und-Irrtum. In: Adam, Barbara / Geißler, Karlheinz A. / Held, Martin (Hrsg.): Nonstop-Gesellschaft und ihr Preis. Vom Zeitmissbrauch zur Zeitkultur. Reihe Edition Universitas. Hirzel, S. 171-184
- von Winterfeld, Uta (1999): Zeit und Macht. In: Hofmeister, Sabine / Spitzner, Meike (Hrsg.): Zeitlandschaften. Perspektiven öko-sozialer Zeitpolitik. Hirzel, S. 59-81
- WBGU – Wissenschaftlicher Beirat der Bundesregierung Globale Umweltveränderungen (2011): Welt im Wandel – Gesellschaftsvertrag für eine Große Transformation. WBGU Publikation
- Weichert, Nils (2011): Zeitpolitik. Legitimation und Reichweite eines neuen Politikfeldes. Nomos
- Winston, Gordon C. (1982): The Timing of Economic Activities. Firms, Households, and Markets in Time-Specific Analysis. Cambridge University Press

- Wittmann, Felix (2013): Zeit für die Wohlstandsdebatte! In: Konzeptwerk Neue Ökonomie e.V. (Hrsg.): Zeitwohlstand. Wie wir anders arbeiten, nachhaltig wirtschaften und besser leben. oekom, S. 74-85
- Wotschack, Philip (1997): Zeit und Klasse: Soziale Ungleichheit im Licht moderner Zeitstrukturen. VSA Verlag
- Wunder, Christoph / Heineck, Guido (2013): Working Time Preferences, Hours Mismatch And Well-Being of Couples. In: Labour Economics, 24,S. 244-252.
- Yang, Kaifeng (2006): Trust and Citizen Involvement Decisions: Trust in Citizens, Trust in Institutions, and Propensity to Trust. In: Administration & Society, 38(5), S. 573-595
- Zahavi, Yacov (1979): The 'UMOT' Project. US Department of Transportation
- Zamagni, Stefano / Agliardi, Elettra (Hrsg.) (2004): Time in Economic Theory. In: The International Library of Critical Writings in Economics, Vol. 175 (Vol. I-III). Edward Elgar
- Zulley, Jürgen (1998): Menschliche Rhythmen und der Preis ihrer Missachtung. In: Adam, Barbara / Geißler, Karlheinz A. / Held, Martin (Hrsg.): Die Nonstop-Gesellschaft und ihr Preis. Vom Zeitmissbrauch zur Zeitkultur. Reihe Edition Universitas. Hirzel, S. 107-120
- Zundel, Stefan / Sartorius, Christian (Hrsg.) (2004): Time Strategies for Innovation Policy towards Sustainability. Edward Elgar