

4.5 Homeoffice und das Wohlbefinden von Eltern während der Coronapandemie

Inga Laß

The University of Melbourne
und Bundesinstitut für
Bevölkerungsforschung (BiB)

Heiko Rüger

Bundesinstitut für
Bevölkerungsforschung (BiB)

Bundesinstitut für

Bevölkerungsforschung (BiB)

Die Coronapandemie hat durch Maßnahmen wie Kontaktbeschränkungen und Lockdowns in kürzester Zeit zu großen Veränderungen im Leben der Menschen geführt. Vor allem Familien mit Kindern mussten sich auf neue Betreuungsroutinen und Arbeitssituationen einstellen. Durch die Schließung von Kitas und Schulen und den Ausfall der Großeltern als Betreuungspersonen erhöhten sich die Anforderungen im Bereich der Kinderbetreuung und Unterstützung bei den schulischen Aufgaben. Gleichzeitig wandelte sich der Arbeitsalltag für viele Eltern, zum Beispiel durch Kurzarbeit oder den Wechsel in das Homeoffice, das im Zuge der Pandemie erheblich an Bedeutung gewann. Homeoffice, also die Arbeit von zu Hause, kann einerseits eine Reihe von Vorteilen mit sich bringen, zum Beispiel die Einsparung von Pendelzeiten oder eine größere Flexibilität bei der Arbeitszeitgestaltung. Andererseits kann Homeoffice auch mit verschiedenen Nachteilen verbunden sein, wie die Isolation von Kolleginnen und Kollegen oder die Entgrenzung von Arbeit und Privatleben sowie Multitasking (siehe auch Kapitel 4.4, Seite 159). Letzteres insbesondere, wenn gleichzeitig Kinder zu betreuen sind.

Vor diesem Hintergrund wird in diesem Kapitel der Zusammenhang zwischen Homeoffice und elterlichem Wohl-

befinden während der Coronapandemie betrachtet, um zu einem differenzierten Verständnis dieses Zusammenhangs beizutragen. Erstens werden sowohl positive als auch negative Aspekte des Wohlbefindens untersucht, um mögliche mehrdimensionale Effekte zu identifizieren. Zweitens wird nicht nur berücksichtigt, ob jemand im Homeoffice arbeitet, sondern auch wie häufig. Drittens wird nach Geschlecht differenziert, da frühere Studien gezeigt haben, dass die Nutzung von Homeoffice durch Geschlechterrollen beeinflusst wird. Schließlich werden neue Daten aus der dritten Teilerhebung (W1B) der FReDA-Studie – dem deutschen familiendemografischen Panel – verwendet. ► [Info 1](#)

Die hier verwendete Analysetichprobe besteht aus 14 894 Erwerbstätigen im Alter von 18 bis 51 Jahren, darunter sowohl Eltern mit Kindern unter 16 Jahren als auch andere Erwerbstätige. Untersucht werden die Wahrnehmung der persönlichen Belastung durch die Coronapandemie und die Wahrnehmung positiver Aspekte mit Blick auf die Pandemiezeit. Ein wichtiger Einflussfaktor ist die Häufigkeit von Homeoffice, die mit den Ausprägungen »täglich«, »mehrmals pro Woche«, »einmal pro Woche«, »ein bis dreimal pro Monat«, »seltener« und »nie« erfasst wurde.

► Info 1

FReDA – Das familiendemografische Panel

Die wissenschaftliche Längsschnittstudie FReDA (»Family Research and Demographic Analysis«) befasst sich mit dem Thema Beziehungen und Familienleben in Deutschland. Dazu werden bundesweit zweimal im Jahr rund 30 000 repräsentativ ausgewählte Menschen zwischen 18 und 55 Jahren beziehungsweise ihre Partnerinnen und Partner befragt.

Die erste FReDA-Erhebungswelle besteht aus drei Teilwellen (W1R, W1A, W1B). In diesem Kapitel wird auf Daten der dritten Teilwelle W1B zurückgegriffen, die 2022 Befragte zwischen 18 und 51 Jahren umfasst und zwischen November 2021 und Januar 2022 erhoben wurde. Mehr als 80 % der Stichprobe wurden im November 2021 befragt. Zu dieser Zeit befand sich Deutschland in der vierten Welle der Coronapandemie. Im November 2021 trat das neue Infektionsschutzgesetz in Kraft, das unter anderem die Homeoffice-Pflicht für Büroarbeitende wieder einführte und die 3G-Regel (Zutritt nur für geimpfte, genesene oder getestete Personen) auch am Arbeitsplatz und in öffentlichen Verkehrsmitteln vorsah.

Weitere Informationen zu FReDA: Martin Bujard, Tobias Gummer, Karsten Hank et al., FReDA – Das familiendemografische Panel. GESIS, Köln 2023. ZA7777 Datenfile Version 4.0.0, <https://doi.org/10.4232/1.14195>

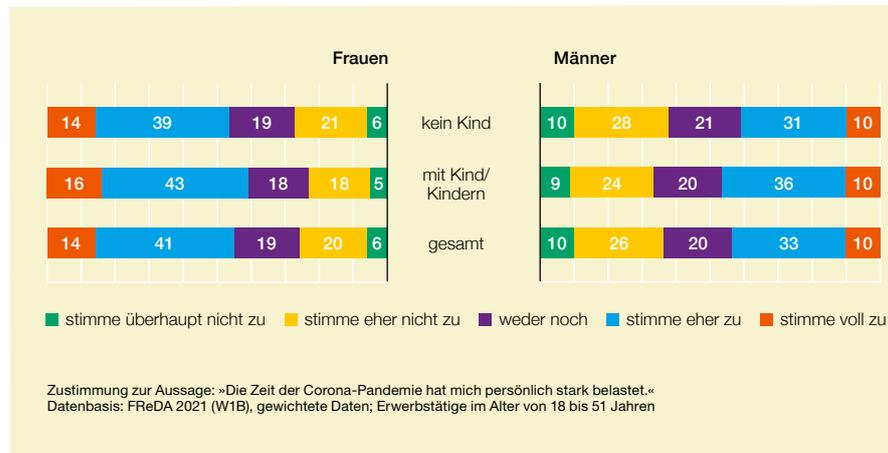
4.5.1 Wohlbefinden im Zusammenhang mit der Pandemie

Zunächst zeigt sich, dass berufstätige Eltern ein geringeres pandemiebezogenes Wohlbefinden hatten als andere Erwerbstätige. Sie berichteten über ein höheres Belastungsniveau und sahen zudem weniger positive Aspekte der Pandemie (letzterer Punkt nicht grafisch dargestellt). Mütter wiesen ein noch höheres Belastungsniveau auf als Väter. Wie Abbildung 1 zeigt, stimmten 41 % der Männer ohne Kind und 46 % der Väter der Aussage »Die Zeit der Corona-Pandemie hat mich persönlich stark belastet« eher oder voll zu. Bei den Frauen ohne Kind stimmten 53 % der Aussage eher oder voll zu, während dies bei den Müttern sogar auf 59 % zutraf. Nur 23 % der Mütter fühlten sich durch die Pandemie nicht oder eher nicht belastet. Dieses Ergebnis weist auf die besonderen Herausforderungen hin, mit denen Eltern in dieser Zeit konfrontiert waren, zum Beispiel die häufige Schließung von Kinderbetreuungseinrichtungen. Mütter betrafen diese Einschränkungen in besonderer Weise, da sie in vielen Familien hauptverantwortlich für die Familienarbeit sind. ▶ Abb 1

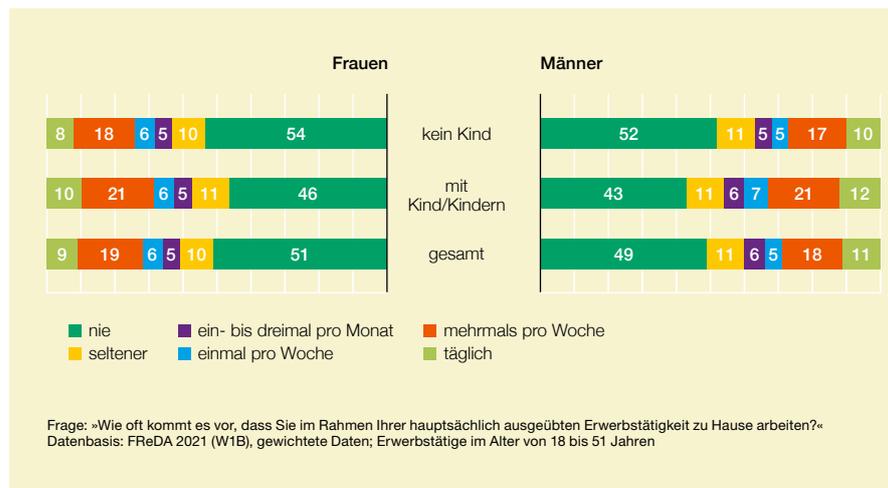
4.5.2 Nutzung von Homeoffice

In Abbildung 2 wird ein Blick auf die Häufigkeit der Homeoffice-Nutzung nach Geschlecht und Vorhandensein von Kindern geworfen. Rund die Hälfte der Männer und Frauen arbeiteten während des zweiten Corona-Herbstes zumindest ab und an im Homeoffice. Eltern nutzten das Homeoffice dabei häufiger und leicht intensiver als Personen ohne Kind unter 16 Jahren im Haushalt. So arbeiteten 54 % der Mütter und 57 % der Väter mindestens ab und an im Homeoffice, verglichen mit 46 % der kinderlosen Frauen und 48 % der kinderlosen Männer. 31 % der Mütter und 33 % der Väter arbeiteten mehrmals pro Woche oder sogar täglich im Homeoffice, während dies auf nur 26 % der Frauen ohne Kind und 27 % der Männer ohne Kind zutraf. ▶ Abb 2

► Abb 1 Wahrnehmung starker persönlicher Belastung durch die Zeit der Coronapandemie nach Geschlecht und Vorhandensein von Kindern unter 16 Jahren 2021 — in Prozent



► Abb 2 Häufigkeit der Nutzung von Homeoffice nach Geschlecht und Vorhandensein von Kindern unter 16 Jahren 2021 — in Prozent

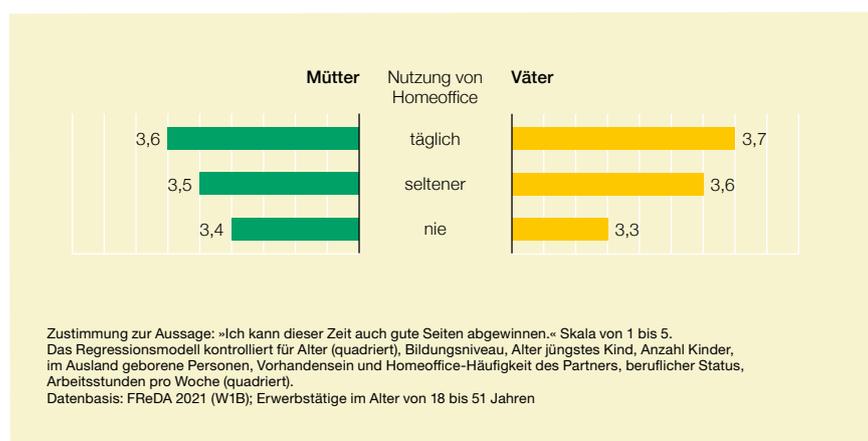


4.5.3 Zusammenhang zwischen Homeoffice und der Wahrnehmung positiver Aspekte der Pandemiezeit
Eltern, die mindestens ab und an im Homeoffice arbeiteten, konnten im Vergleich zu denjenigen, die nie im Homeoffice arbeiteten, der Zeit der Coronapandemie in stärkerem Maße auch gute Seiten abgewinnen. Dieses Ergebnis deutet darauf hin, dass die Vorteile des

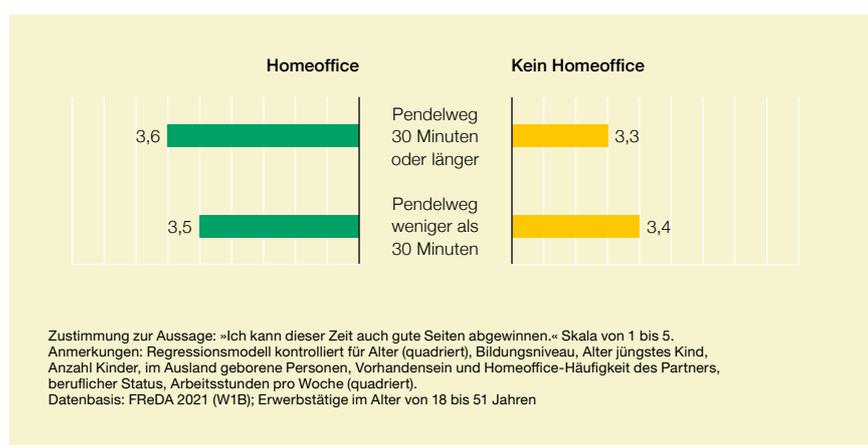
Homeoffice, zum Beispiel eingesparte Pendelwege und eine bessere Vereinbarkeit von Beruf und Familienleben, während der Pandemie stärker zum Tragen kamen als die möglichen Nachteile dieser Arbeitsform.

Dabei unterscheidet sich die Rolle von Homeoffice für das elterliche Wohlbefinden nach Geschlecht: Das Muster, wonach Homeoffice generell mit einer höhe-

► **Abb 3** Wahrnehmung auch guter Seiten der Pandemie bei Müttern und Vätern nach Homeoffice-Häufigkeit 2021 — geschätzte Werte aus linearer Regression



► **Abb 4** Wahrnehmung auch guter Seiten der Pandemie unter Eltern nach Länge des einfachen Pendelwegs und Homeoffice-Nutzung 2021 — geschätzte Werte aus linearer Regression



ren Wahrscheinlichkeit einhergehend, positive Aspekte der Pandemie zu sehen, war bei Vätern deutlich ausgeprägter als bei Müttern. Abbildung 3 zeigt anhand einer linearen Regression den Zusammenhang zwischen der Nutzung von Homeoffice und der Wahrnehmung guter Seiten der Pandemiezeit für Mütter und Väter. Die Regression ist ein statistisches Verfahren, das darauf abzielt, eine abhängige Variable (hier die Wahrnehmung positiver Seiten) durch eine oder mehrere unabhängige Variablen (hier die Nutzung von Homeoffice und weitere Merkmale der Person) zu erklären. Konkret zeigt sich,

dass diejenigen Mütter, die täglich im Homeoffice arbeiteten, der Aussage »Ich kann der Pandemiezeit auch gute Seiten abgewinnen« mit einem geschätzten Wert von 3,6 auf der Skala von 1 (»stimme überhaupt nicht zu«) bis 5 (»stimme voll zu«) stärker zustimmten als Mütter, die nie im Homeoffice arbeiteten (3,4). Bei den Vätern fiel dieser Unterschied in der Zustimmung noch einmal deutlich größer aus: 3,7 für täglich im Homeoffice arbeitende Väter gegenüber 3,3 für nie im Homeoffice arbeitende Väter. ► [Abb 3](#)

Die Ergebnisse könnten auf die ungleiche Belastung von Müttern und Vätern

durch unbezahlte Arbeit zurückzuführen sein, da von Frauen eher als von Männern erwartet wird, dass sie sich stärker im Haushalt engagieren, wenn sie im Homeoffice arbeiten. Eine weitere mögliche Erklärung könnte in der Tatsache liegen, dass Väter längere Arbeitswege haben als Mütter und daher durch die Nutzung von Homeoffice mehr Pendelzeit einsparen konnten. Der Frage, inwieweit die Länge des Arbeitswegs den Zusammenhang zwischen Homeoffice und Wohlbefinden beeinflusst hat, wird im Folgenden genauer nachgegangen.

4.5.4 Der Einfluss des Pendelwegs für die Bewertung der Pandemiezeit

Einer der Vorteile von Homeoffice, auch und gerade während der Pandemie, besteht wie erwähnt darin, dass Beschäftigte seltener oder gar nicht mehr zur Arbeit pendeln müssen. Dabei gehen, wie frühere Studien gezeigt haben, lange Arbeitswege mit einem erhöhten Stresserleben einher. Während der Pandemie war insbesondere die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel mit der Angst vor Ansteckung verbunden.

Vor diesem Hintergrund zeigt Abbildung 4 anhand der Ergebnisse einer linearen Regression, inwiefern Eltern auch die positiven Seiten der Pandemie wahrnahmen, differenziert nach der Länge ihres Arbeitswegs und der Nutzung von Homeoffice. Es zeigt sich, dass Eltern am stärksten auch die positiven Seiten der Pandemie sahen, wenn sie (zumindest gelegentlich) zu Hause arbeiteten und gleichzeitig einen langen einfachen Arbeitsweg von mehr als 30 Minuten hatten. In dieser Gruppe lag der geschätzte Zustimmungswert auf der Skala von 1 bis 5 bei 3,6. Bei Eltern, die ebenfalls zu Hause arbeiteten, aber einen kürzeren Arbeitsweg hatten, lag der Wert mit 3,5 etwas niedriger. Bei den Eltern, die nie zu Hause arbeiteten, lag der Wert noch deutlich niedriger, sowohl bei einem langen (3,3) als auch bei einem kurzen Arbeitsweg (3,4). Dieses Ergebnis bestätigt, dass die Einsparung langer Arbeitswege einen der zentralen Vorteile des Homeoffice wäh-

rend der Pandemie darstellte. Zudem weist es auf eine doppelte Benachteiligung von Eltern mit langen Arbeitswegen hin, die viel Zeit mit Pendeln verbrachten und gleichzeitig das Homeoffice nicht als Ressource nutzen konnten. ► Abb 4

4.5.5 Fazit

Insgesamt zeigt die FReDA-Studie, dass erwerbstätige Eltern während der Coronapandemie ein geringeres pandemiebezogenes Wohlbefinden aufwiesen als Erwerbstätige ohne Kinder. Jedoch stellte das Homeoffice eine Ressource dar, die sich positiv auf das Wohlbefinden der Eltern auswirkte, wobei die Vorteile dieser Arbeitsform vom Geschlecht, dem Pendelverhalten und teilweise von der Häufigkeit der Nutzung des Homeoffice abhängen. Insgesamt unterstreichen die Ergebnisse die Bedeutung von Homeoffice für die Vereinbarkeit von Erwerbsarbeit und familiären Anforderungen für Eltern. In Krisenzeiten wie der Coronapandemie kommen die Vorteile des Homeoffice dabei besonders zum Tragen.