

Manche denken darüber nach, andere nicht, aber alle müssen mit Zeit leben

Zeiterleben, Zeitdenken und Zeithandeln als Schlüsselemente
alltäglicher Lebensführung

Nadine M. Schöneck

Zusammenfassung

Die Auseinandersetzung mit zeitthemenatischen Abhandlungen sozialwissenschaftlicher Provenienz führt zu dem Eindruck, dass wir in einer Zeit der Beschleunigung – ja: in einer *Beschleunigungsgesellschaft* – leben und dass Beschleunigung ein wesentlicher Aspekt von Modernisierung ist. Derartige Gegenwartsdiagnosen entstammen jedoch überwiegend theoretischen Überlegungen; systematische empirische Studien hierzu sind hingegen rar.

Mit diesem Beitrag ist die Absicht verbunden, die Lücke zwischen theoretischer Analyse und empirischer Untersuchung zu schließen. Forschungsleitend ist die Frage, wie sich Beschleunigung auf die alltägliche Lebensführung und den Lebenslauf von erwerbstätigen Erwachsenen, deren *Zeit a priori* vergleichsweise knapp bemessen ist, auswirkt.

Auf der Grundlage einer Studie, die einem Mixed-Methods-Design folgt, werden vier empirisch konstituierte Typen des Zeiterlebens, Zeitdenkens und Zeithandelns vorgestellt: (1) der reflektierende Zeitgestresste, (2) der egozentrische Zeitsensible, (3) der zufriedene Zeitstrategielose und (4) der robuste Zeitpragmatiker. Diese Typologie lässt erkennen, dass sich Menschen – auch in der Beschleunigungsgesellschaft – in ihrer Weise, Zeit zu erleben, über Zeit nachzudenken und mit Zeit handelnd umzugehen, deutlich unterscheiden. Theorien historischer Beschleunigung, die auf der Makroebene formuliert werden, sollten diese bedeutsamen Unterschiede auf der Mikroebene berücksichtigen. Darüber hinaus wird deutlich, dass ein hoher Grad an Zeitreflexion und (in konventioneller Weise verstandene) Zeitkompetenz nicht notwendigerweise das Leben eines ‚guten Lebens‘ erleichtern. Die Studie trägt somit zur Stärkung der Verbindung von Zeit- und Lebenslaufsoziologie bei.

**Some Reflect on it, Others Don't, but all Have to Live with Time
Time Experience, Time Concepts and Time Management as Key Elements of
Everyday Life**

Abstract

Social scientific treatises on time create the impression that we are living in an era of acceleration – if not in an *accelerated society* – and that acceleration is a crucial aspect of modernization. Yet, such diagnoses are primarily based on theoretical considerations whereas systematic empirical studies are rare.

This article aims to bridge the gap between theoretical analysis and empirical investigation. The central research question explores how acceleration impacts on the everyday lives and life courses of employed adults whose time is *a priori* comparatively restricted.

On the basis of findings from a study using a mixed methods design, four types of time experience, time concept and time management are presented: (1) the stressed and reflective type, (2) the egocentric and sensitive type, (3) the contented type without strategy, and (4) the robust and pragmatic type. This typology indicates that people – even in the accelerated society – differ strongly in the ways they experience, think about, and deal with time. Theories claiming a historical acceleration at the macro-level must pay attention to these considerable differences at the micro-level. Moreover, it becomes clear that high degrees of time reflexivity and time competence (in a conventional manner) do not necessarily facilitate living a 'good life'. This study thus contributes to enhancing the linkage between the sociology of time and life course sociology.

Einleitung

Zeit ist in der Gegenwartsgesellschaft zu einem großen Thema geworden. Mikroperspektivisch lässt sich diese Feststellung beispielsweise mit dem Ausspruch „Keine Zeit, tut mir leid“, der allen, die es gelegentlich mit anderen Menschen zu tun haben, vertraut sein dürfte, belegen. Makroperspektivisch kann darauf verwiesen werden, dass die Gegenwartsgesellschaft vor der Hintergrundfolie sozio-technologischen Wandels als Beschleunigungs- und Hochgeschwindigkeitsgesellschaft (Rosa 1999; Rosa 2005; Rosa/Scheuerman 2009) bezeichnet wird. Auf der Mikroebene erfolgt die *Beschreibung* der zunehmend knapp werdenden Alltagszeit des Individuums. Dabei ist anzunehmen, dass Zeitknappheit (als Problem) auf Erwerbstätige, die in der Regel arbeiten müssen, um leben zu können, in besonders hohem Maß zutrifft. Erwerbstätige befinden sich in der Phase der vier bis fünf aktivsten und unter zeitlichen Gesichtspunkten anspruchsvollsten Lebensjahrzehnte; aus diesem Grund bezeichnet die Deutsche Gesellschaft für Zeitpolitik (2005, 13; vgl. auch Frissen 2000) in ihrem Manifest *Zeit ist Leben* speziell die Lebensspanne der 25- bis 45-Jährigen als *rush hour of life*. Während dieses Lebensabschnitts, der zeitlich vermutlich noch etwas weiter zu fassen ist, müssen zahlreiche soziale Rollen ausgefüllt und – auch in zeitlicher Hinsicht – koordiniert werden (Statistisches Bundesamt 2004). An die auf der Mikroebene stattfindende alltägliche Zeitpraxis richten sich vielfältige Informations- und Beratungsangebote in Form von Vorträgen, Seminaren, journalistischen Beiträgen und populärwissenschaftlichen Zeitmanagementratgebern (vgl. exemplarisch Seiwert 2009). Die soziologischen *Erklärungen* alltäglicher Zeitknappheiten setzen hingegen auf der Makroebene an. Einen vielbeachteten Ansatz hierzu bietet Rosa (2005) mit seiner im nachfolgenden Abschnitt kurz vorgestellten These vor allem technologisch induzierter sozialer Beschleunigung.

Zwei wichtige Fragen blieben in der soziologischen Auseinandersetzung mit der Zeitthematik bislang jedoch weitgehend unbearbeitet. Erstens: Wird die Beschleunigungsthese als Ausgangspunkt genommen, so stellt sich die systematisch empirisch zu untersuchende Frage, wie Beschleunigung von Menschen – konkret: Erwerbstätigen – erlebt wird, wie sie mit ihr individuell umgehen und darauf reflektieren; und es stellt sich in diesem Zusammenhang auch die Frage, ob Beschleunigung überhaupt ein Thema (nahezu) aller Erwerbstätigen ist. Zweitens: Wird die Beschleunigungsthese einmal zur Seite geschoben und ergebnisoffen gefragt, wie Erwerbstätige Zeit erleben, wie sie über Zeit denken und wie sie mit Zeit umgehen, so stellt sich ferner die Frage der Verbindung dieser Befunde mit soziologischen Perspektiven auf den Lebenslauf. In diesem Beitrag soll auf beide Fragen eingegangen werden.

Zunächst werden – in gebotener Kürze – ausgewählte theoretische Überlegungen vorgetragen, welche das argumentative Feld des Beschleunigungsdiskurses abstecken. Anschließend werden zentrale Untersuchungsdimensionen, Daten und Methoden der Studie, die diesem Beitrag zu Grunde liegen, erläutert. Daraufhin werden die empirischen Befunde, welche aus leitfadengestützt erhobenen Interviewdaten gewonnen wurden, präsentiert. Schließlich werden die empirischen Befunde lebenslaufperspektivisch interpretiert. Dabei wird die These vertreten, dass eine hochgradige Zeitreflexion sowie eine in konventioneller Weise verstandene Zeitkompetenz, welche in der Gegenwartsgesellschaft als Tugend aufgefasst wird, nicht notwendigerweise das Le-

ben eines ‚guten Lebens‘ erleichtern. Vielmehr geht Zeitreflexion oftmals einher mit Problemen im Umgang mit Zeit und in der alltäglichen Lebensführung.

Die Beschleunigungs- und Zeitknappheitsgesellschaft

Rosa (2005) argumentiert makroperspektivisch, dass die ursprünglich befreiende und befähigende Wirkung der für die Moderne charakteristischen sozialen Beschleunigung, die insbesondere mit technologisch ermöglichten Geschwindigkeitssteigerungen zu erklären ist, in der Spätmoderne in ihr Gegenteil umzuschlagen droht. Seiner Beschleunigungsthese zufolge haben wir immer weniger Zeit, obwohl wir immer mehr Zeit gewinnen. Was auf den ersten Blick widersprüchlich klingen mag, erklärt Rosa – nun eher mikroperspektivisch – vor allem damit, dass der Zuwachs unserer Aktivitäten die technologisch ermöglichte Beschleunigung der korrespondierenden Prozesse übersteigt: Der Versand einer E-Mail ist zweifellos schneller als jener eines Briefes, doch die heute übliche Anzahl versendeter E-Mails überkompensiert den zeitlichen Einspareffekt der computergestützten Übermittlung von Nachrichten; per Saldo investieren wir heute mehr Zeit in Kommunikation, und Zeit wird auf diese Weise knapp. Rosa, der in sozialer Beschleunigung sowie der Beschleunigung des Lebenstempos eine, wenn nicht gar *die* fundamentale Zeiterfahrung der Moderne sieht, dürfte zu den gegenwärtig prominentesten Zeitdiagnostikern zählen, obgleich er weder der erste noch der einzige ist, der auf das pathologische Potential sozialer Beschleunigung hinweist (vgl. exemplarisch Adam 2005; Geißler 2004; Gronemeyer 1993; Heintel 1999; Nowotny 1989; Reheis 2003; Rinderspacher 1985). Die durch eine hohe zeitliche Komplexität gekennzeichnete Gegenwartsgesellschaft (Nassehi 1993) lässt sich mit einer Reihe von Etikettierungen belegen, die die konstatierte Zeitproblematik facettenreich zum Ausdruck bringen: Sie gilt als *Erlebnisgesellschaft* (Schulze 1992), *Multioptiongesellschaft* (Gross 1994), *Versäumnisgesellschaft* (Heintel 1999), *Nonstop-Gesellschaft* (Adam/Geißler/Held 1998), *ruheloze Gesellschaft* (Rinderspacher 1987) und eben als *Beschleunigungsgesellschaft* (Rosa 2005).

Zu den Ursachen des modernen Zeitkonflikts zählen unter anderem die folgenden sieben in der Gegenwartsgesellschaft vorfindlichen Phänomene:

(1) Mit der zunehmenden Individualisierung und Brüchigkeit (berufs-)biographischer Verläufe ist der Druck, *aktiv und reflektiert* Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen, stark gestiegen (Beck 1986).

(2) Diese erhöhte Eigenverantwortung fördert wiederum rationale Entscheidungen und Handlungswahlen (Schimank 2005) und – gleichsam beiläufig – ein utilitaristisch-ökonomistisches Verständnis von Zeit, welches auch an der vielfach gezogenen Parallele von Zeit und Geld erkennbar wird: „Wir verbrauchen, verschwenden, investieren, budgetieren und sparen [die Zeit]. Anders formuliert: Wir identifizieren sie mit Geld.“ (Adam 2005, 128)

(3) Das im modernen Erwerbsleben gepriesene Flexibilisierungsparadigma (Sennett 1998) begünstigt die Entgrenzung von Arbeit und Privatleben (Gottschall/Voß 2003) und verschärft Probleme im Umgang mit Zeit, indem es Rollen- und Interessenkonflikte evoziert. In Anlehnung an die vielzitierte Bezeichnung eines sich selbst organisierenden Beschäftigtentypus, dem „Arbeitskraftunternehmer“ (Voß/Pongratz 1998), lässt sich formulieren: Die Gegenwartsgesellschaft bringt immer mehr *Lebenszeitunternehmer* hervor.

(4) Angesichts der mit der Moderne entstandenen Möglichkeitsüberschüsse und mit ihnen assoziierten Versäumnisängste (Gronemeyer 1993) sind individuelle Bemühungen weitverbreitet, die Effizienz der Zeitverwendung durch intensiviertere Sukzessivität (Beschleunigung durch Verdichtung) oder Parallelisierung unterschiedlicher Tätigkeiten (Beschleunigung durch Vergleichzeitigung; ‚Simultanismus‘) zu steigern (Geißler 2004). Allerdings läuft der so Handelnde Gefahr, in eine ruhelose Endlosspirale zu geraten – es ist nun einmal eine reizvolle Vorstellung, in Anbetracht der stetig kürzer werdenden Restlebenszeit diese *immer effizienter* zu nutzen (Blumenberg 1986; Gronemeyer 1993).

(5) Beobachtbar ist ferner eine weithin akzeptierte gesellschaftliche Übereinkunft, nach der gilt: *Schnellsein ist gut*, denn Schnellsein wird in der Meritokratie rasch gleichgesetzt mit (potenziellem) Erfolg. Zudem schaffen und legitimieren erst Phasen des Schnellseins Freiräume für bewusstes zeitweiliges Langsamsein, also für Inseln bewusster Entschleunigung (Rinderspacher/Herrmann-Stojanov 2006, 108).

(6) Hinzu kommt die Internalisierung typisch moderner Normen und Werte, wie beispielsweise der Gratifikationsaufschub (Schneider/Lysgaard 1953), das Pünktlichkeitspostulat (Wendorff 1980, 623) und der Zeitnutzungsimperativ (Lübbe 1994, 333), die dazu beitragen, dass die alltägliche Zeitpraxis bewusst und effizient gestaltet wird.

(7) Das größte Hemmnis echter Zeitsouveränität besteht möglicherweise darin, dass *kommunizierte Zeitknappheit* intersubjektiv als immaterielles Statussymbol begriffen wird, denn „wer zugibt, viel Zeit zu haben, disqualifiziert sich selbst und scheidet aus der Gesellschaft derer, die etwas leisten, etwas fordern, etwas erhalten können, aus“ (Luhmann 1975, 156). Diese Kausalität vermag auch zu erklären, warum in manchen gesellschaftlichen Kreisen selbst ein (drohendes) Burn-Out-Syndrom mit einem Statuszugewinn verbunden ist.

Tatsächlich erfahren die vorgetragenen theoretischen Überlegungen eine Unterstützung durch Daten, die standardisiert erhoben und statistisch ausgewertet wurden: In einer schriftlichen Befragung zur Zeitwahrnehmung, die Schöneck (2006) unter 162 in Deutschland lebenden Bürgerinnen und Bürgern durchführte, gaben 62 Prozent der Befragten an, sie hätten ihr Leben „schon immer als recht schnell ablaufend empfunden“, und 80 Prozent waren der Meinung, ihr Leben habe sich „in den letzten Jahren wesentlich beschleunigt“. ¹ Demzufolge überrascht es nicht, dass 39 Prozent dieser Befragten froh wären, wenn ihr Tag „deutlich mehr als 24 Stunden hätte“. Zu ähnlichen Befunden gelangten Burzan et al. (2008), die 2.110 erwachsene Bürgerinnen und Bürger telefonisch befragten: Knapp 83 Prozent fühlten sich nach eigener Aussage „immer sehr beschäftigt“, und knapp 43 Prozent fühlten sich „oft unter Zeitdruck und getrieben“.

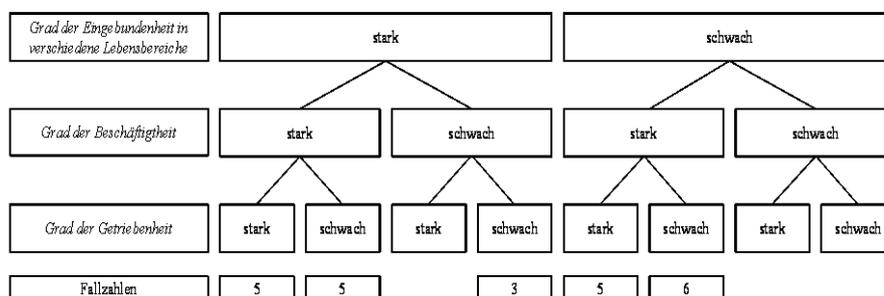
Nachdem also quantitative Untersuchungen in Form standardisierter Befragungen in der Tendenz zu einer Verifizierung der Beschleunigungsthese führten, erschien es lohnenswert (und spannend obendrein), der Frage, wie stark die Beschleunigungsthese in den alltäglichen Lebenswirklichkeiten von Erwerbstätigen gespiegelt wird, auf qualitativem Weg nachzugehen.

¹ Bei der Nennung der Anteilswerte werden hier und nachfolgend zwei der insgesamt vier Antwortvorgaben („ja, ganz sicher“ und „eher ja“) zusammengefasst, sodass zumindest von einer tendenziellen Zustimmung gesprochen werden kann.

Zentrale Untersuchungsdimensionen, Daten und Methoden

In diesem Beitrag sind drei Untersuchungsdimensionen von zentraler Bedeutung: Unter *Zeiterleben* wird die individuelle Wahrnehmung von Zeit in Form von Dauer und Verlauf verstanden. *Zeitdenken* verweist auf die individuelle Reflexion über Zeit, welche als kognitive Tätigkeit auf dem eher affektiven Zeiterleben aufbaut. Unter *Zeithandeln* wird der individuelle Umgang mit Zeit in ihrer Eigenschaft als Ressource aufgefasst. Auf der Grundlage theoretischer Überlegungen wurde ein semi-strukturierter Leitfaden für ein problemzentriertes Interview (Witzel 2000) entwickelt, der vier Fragenkomplexe mit insgesamt 15 Leitfadenfragen umfasste (ausführlicher in Schöneck 2009, 128-136): (1) allgemeine Fragen zur Zeithematik, (2) Ausprägungsformen von Zeiterleben, Zeitdenken und Zeithandeln, (3) Ursachen und Gründe von (spezifischem) Zeiterleben, Zeitdenken und Zeithandeln und (4) Coping-Strategien im Umgang mit Zeit als limitierter Ressource. Die entsprechenden Daten wurden im Sommer 2004 unter 24 Erwerbstätigen (10 Frauen, 14 Männer) im Alter von 22 bis 60 Jahren erhoben. Dabei erfolgte die Auswahl der Interviewpartner dreistufig unter Rückgriff auf Daten (sowie Kontaktdaten), die im Herbst 2003 für das von der Deutschen Forschungsgemeinschaft geförderte Projekt „Inklusionsprofile“ (Burzan et al. 2008) über eine CATI-Befragung² standardisiert erhoben worden waren (Abbildung 1): Der *Grad der Eingebundenheit in zwölf verschiedene Lebensbereiche*³ steuerte die erste, der *Grad der (selbst eingeschätzten) Beschäftigtheit*⁴ die zweite und der *Grad der (empfundene) Getriebenheit*⁵ die dritte Stufe der Interviewpartnerauswahl.

Abbildung 1: Samplingstrategie



Alle 24 Fälle, die für die Leitfadeninterviews ausgewählt wurden, sind entweder teilsystemübergreifend stark inkludiert oder schätzen sich zumindest als stark beschäftigt ein. Hinter dieser Samplingstrategie stand die forschungsleitende Frage, wie sich indi-

2 CATI steht für *Computer Assisted Telephone Interview*.
 3 Hierunter ist die Inklusion eines Individuums in unterschiedliche gesellschaftliche Teilbereiche zu verstehen (ausführlicher in Burzan et al. 2008, 29-50).
 4 Die Einschätzung des Beschäftigungsgrads wurde in der CATI-Befragung über folgende Aussage ermittelt: „Ich bin immer sehr beschäftigt.“ Die Antwortvorgaben waren auf einer vierstufigen Skala von „trifft voll und ganz zu“ bis „trifft überhaupt nicht zu“ angeordnet.
 5 Die Einschätzung des Getriebenheitsgrads wurde über folgende Aussage ermittelt: „Ich fühle mich oft unter Zeitdruck und getrieben.“ Auch hier standen vier Antwortvorgaben zur Verfügung.

viduelles Zeiterleben, Zeitdenken und Zeithandeln unter für Erwerbstätige ‚typisch modernen Lebensbedingungen‘ gestalten.

Die Analyse der vollständig und wortwörtlich transkribierten Interviews umfasste vier Schritte: Im ersten Schritt wurde unter Nutzung der von Kuckartz (2005) für kategorienbasierte Textanalysen entwickelten Software MAXQDA 2 ein hierarchisches Kategoriensystem entwickelt. Dieses Auswertungssystem enthielt neben deduktiv abgeleiteten Kategorien (entlang vorstrukturierender Frageimpulse des Interviewleitfadens) vor allem induktiv aus dem gesamten Textmaterial entwickelte Kategorien und bildete somit das gesamte Antwortspektrum der Interviewpartner ab. Im zweiten Schritt erfolgte eine für den anschließenden clusteranalytischen Typisierungsprozess notwendige Informationsverdichtung (Kuckartz 2005, 217-230), indem zentrale, die drei oben genannten Untersuchungsdimensionen hinreichend abdeckende Kategorien aus dem Interviewmaterial in 0/1-codierte Variablen transformiert wurden. Im dritten Schritt wurde zur Beantwortung der Frage, welche Interviewpartner einander ähneln und welche einander gänzlich unähnlich sind, eine clusteranalytische Klassifikation der Interviewpartner vorgenommen; dabei zeigte sich, dass die Entscheidung für vier Cluster zu einer besonders deutlichen Trennung der einzelnen Cluster führte.⁶ Im vierten Schritt erfolgte eine Rückkehr zu den Interviewtranskriptionen, um die clusteranalytisch erzeugte Typologie zu vertiefen. Diese wird im Folgenden dargestellt.

Empirische Befunde: Typen des Zeiterlebens, Zeitdenkens und Zeithandelns

Die nachfolgend vorgestellte Typologie impliziert mit Blick auf die Beschleunigungsdebatte eine Reihung. Betrachtet man den durch die Interviews vermittelten Grad der empfundenen Beschleunigung und Getriebenheit, so lassen sich die vier Zeittypen wie folgt ordnen: (1) der reflektierende Zeitgestresste, (2) der egozentrische Zeitsensible, (3) der zufriedene Zeitstrategielose und (4) der robuste Zeitpragmatiker. Diese Anordnung der Zeittypen entspricht dem Befund, dass vom reflektierenden Zeitgestressten bis zum robusten Zeitpragmatiker der durch die Interviews vermittelte Grad der empfundenen Beschleunigung und Getriebenheit abnimmt. Der Typus des reflektierenden Zeitgestressten ist am ehesten charakteristisch für die von Rosa (2005) vertretene These der Beschleunigung des empfundenen Lebenstempos. Die drei nachfolgenden Zeittypen erleben den potentiell konflikthaften Charakter von Zeit in absteigendem Maß und haben – mehr oder weniger bewusst – Formen des Copings mit dem ‚Zeitproblem‘ entwickelt, wobei der Typus des robusten Zeitpragmatikers die höchste Souveränität im Umgang mit Zeit als limitierter Ressource aufweist.

Der reflektierende Zeitgestresste

Als Beispielfall für diesen Typus dient die 48-jährige Angelika Rathgeber (nachfolgend: A. R.).⁷ Sie lebt kinderlos in einer festen Partnerschaft, verfügt über Abitur und Hochschulabschluss, ist als angestellte Organisationsberaterin tätig und arbeitet im Durchschnitt 60 Stunden wöchentlich.

6 Da zwei der 24 Interviewpartner zum Zeitpunkt der Interviews nicht mehr erwerbstätig waren und ein Interview sich im Nachhinein als inhaltlich wenig ergiebig erwiesen hatte, wurden mit den Daten von 21 Interviewpartnern clusterzentrenanalytische Proberechnungen mit unterschiedlichen Clusteranzahlen durchgeführt.

7 Dieser und alle nachfolgenden Namen sind anonymisiert.

A. R. berichtet, wie sich ihr Zeiterleben mit Anfang vierzig spürbar zu beschleunigen begann:

Also, im Leben waren meine Tage früher länger, vom Bewusstsein her. Es gab eine ewige Nacht, und es gab einen überschaubaren Tag. Und heute gibt es auch eine sehr überschaubare Nacht und einen sehr kurzen Tag.

Sie erklärt diesen mit zunehmendem Lebensalter einhergehenden Beschleunigungsschub wie folgt:

Also, früher waren zehn Jahre ein unermesslicher Zeitraum, weil es eher vor einem lag, und jetzt liegen schon einige zehn Jahre hinter mir. Damit ist [das Leben] ein Stück überschaubarer geworden, und damit wird jetzt auch, was noch vor mir liegt, auch wesentlich kürzer wahrgenommen.

Ogleich A. R. als fest angestellte Organisationsberaterin tätig (und sehr erfolgreich) ist, ähnelt ihr raum-zeitliches Arbeitsarrangement, das durch zahlreiche Arbeitstage im heimischen Büro gekennzeichnet ist, dem einer selbstbestimmt arbeitenden freiberuflich Tätigen. Die Präsenz des Schreibtischs im Nebenzimmer führt allerdings dazu, dass Arbeit in die Sphäre der privaten Welt eindringt. A. R. beschreibt die zeitlichen und sozialen Konsequenzen dieser Entgrenzung:

Es gibt keine Feiertage, weil, wenn man einen Termin braucht, und man muss was machen, dann fällt auch der Feiertag. Es gibt keine Sonntage, es gibt keine Feierabende, es gibt alles nur noch so bei den anderen. Und je länger der Unterschied da ist, umso mehr ... entsteht der Wunsch nach Rhythmus, und es entsteht auch der Wunsch der Teilhabe, also, mich nicht allzu sehr zu entfernen vom Rest der Welt, sage ich mal.

Derartige Arbeitsbedingungen dürften für ihren zutiefst internalisierten und sie plagenden, da stark arbeitsorientierten Zeitnutzungsimperativ verantwortlich sein. Stets im Bewusstsein zu leben, „da ist noch was, da müsste noch etwas gemacht werden“, belastet sie und rechtfertigt das Etikett der Zeitgestressten. Jedes unerwartet freie Zeitquantum würde A. R. bevorzugt investiv füllen, und zwar mit Aufgaben, die im Alltagstrubel liegengeblieben sind. Allerdings gelingt es ihr bei weitem nicht immer, eine frei disponible Zeitspanne zweckorientiert zu nutzen; es kann auch sein, „dass da halt nichts Vernünftiges rauskommt, also, irgendwie auf eine Weise gegruscht [süddeutsch für kramen, wühlen; Anm. der Verf.] wird.“ Dieses gesteigerten Zeitstress nach sich ziehende Spannungsverhältnis zwischen (gewollter) investiver und (ungevollter) kontemplativer Zeitnutzung markiert einen Grundkonflikt: A. R. will Zeit prinzipiell investiv nutzen, doch manchmal gleitet sie ab in eine nicht-intendierte, quasi-kontemplative Zeitnutzung – nicht anders ist ihr eher planloses „Gruschen“ zu interpretieren. Als chronisch Getriebene und auf die Zukunft Fixierte würde A. R., wie sie bekennt, gerne „stoffwechseln“ und „im zeitlosen Jetzt ... verschwinden“. Sie kennt lediglich eine Situation, in der sie echte zeitliche Ausgeglichenheit verspürt. Es ist der (seltene) Zustand der abgegebenen Verantwortung und der bewusst in Kauf genommenen Passivität:

Das ist dann, wenn ich weiß, ich kann jetzt nichts steuern. ... Deswegen fahre ich auch so gerne Zug. Wenn ich im Zug sitze, und ich bin zu spät, dann hat der Zug die Verantwortung, nicht ich.

Vergegenwärtigt man sich diese facettenreichen Spannungszustände, die nahezu permanenten Zeitstress bedeuten, so ist leicht nachvollziehbar, dass A. R. sich Gedanken macht über mögliche Veränderungen ihres Umgangs mit Zeit:

Da denke ich schon ständig drüber nach. ... Also, ehrlich gesagt, ich weiß es nicht, momentan traue ich mich gar nicht, diese Dinge [ihre bisherigen Zeitpraktiken] aufzugeben.

Es bedarf Mut, Veränderungen vorzunehmen. A. R. sehnt sich nach neuen Formen des Zeithandelns, aber bislang ist sie verhaftet in Zeithandlungsmustern, die sich im Hinblick auf ihre Berufstätigkeit – zumindest vordergründig – als durchaus zweckmäßig erwiesen haben. Die Verlockung, beruflich weiterhin erfolgreich zu sein, dürfte ihre Absicht, Veränderungen ihres Zeithandelns vorzunehmen, erheblich bremsen. Das Interview mit A. R. als Ganzes in Augenschein nehmend, bleibt festzuhalten, dass es sich bei ihr um eine Erwerbstätige handelt, die sowohl durch ein hohes Maß an erlebtem Zeitstress als auch ein hohes Maß an Reflexionsfähigkeit und -bereitschaft gekennzeichnet ist. Aufgrund ihrer ausgeprägten Berufsorientierung und dem weitgehenden Fehlen (zeit-)strukturbildender Korrektive, wie sie beispielsweise Kinder (und deren Erziehung), Hobbies oder auch bürgerschaftliches Engagement darstellen können, verläuft ihr Alltagsleben vergleichsweise monoton – und zwar monoton strapaziös.

Die Interviewpartner, die dem Typus des reflektierenden Zeitgestressten zugeordnet wurden (Tabelle 1), stellen eine Personengruppe mit hoher Schulbildung und hohem Berufsabschluss dar. Charakteristisch für diesen Typus ist ein hohes berufliches Engagement; auch trennt er nicht zwischen Arbeit und Privatleben. Dieser auffallend zukunftsorientiert handelnde Typus zeigt ein ausgeprägtes Leiden an der Zeit, wobei ihm seine Zeit(stress)probleme bewusst sind, sodass er Veränderungsabsichten im Hinblick auf seinen Umgang mit Zeit hegt.

Der egozentrische Zeitsensible

Als Beispielfall für diesen Typus dient der 53-jährige Werner Noll (nachfolgend: W. N.). Er ist verheiratet, hat eine 18-jährige Tochter, verfügt über einen Hauptschulabschluss sowie eine abgeschlossene Lehre zum Heizungsmonteur und ist als Feuerwehrbeamter tätig. Im Durchschnitt arbeitet er 40 Stunden wöchentlich.

Zeit (im Sinne von Lebenszeit) nimmt der ambitionierte Hobby-Triathlet W. N. vor allem in Form schnell vergehender Zeit wahr, seit „vier, fünf Jahre[n], mindestens“. Auch er – und hier wird der Lebenszeitbezug deutlich – führt diese Wahrnehmung auf zunehmendes Alter zurück:

Ich weiß genau, ich bin jetzt dreiundfünfzig, und die Zeit läuft für mich jetzt ja schneller, nicht? Das habe ich immer im Hinterkopf.

Er nimmt zudem an, dass Routinen, also „Dinge, die man alltäglich macht, die sich so eingepägt haben und die man einfach nicht mehr bewusst aufnimmt“, zur Beschleunigung von Zeit (im Sinne von Alltagszeit) beitragen. Aus diesem Grund sind ihm Passagen der gefühlten Zeitentschleunigung mit hoher Impressionsintensität (z.B. eine Radtour vom Ruhrgebiet nach Wien) willkommen, denn „ich möchte ja nicht, dass das Leben so schnell an mir vorbeizieht.“ W. N. identifiziert sich stark mit seinem Beruf. Diese Identifikation reicht so weit, dass die Aussicht, im Alter von 60 Jahren pensioniert zu werden, ihm Sorge bereitet:

Also, mir würde da sehr viel fehlen jetzt. Ja, [meine Arbeit] ist für mich also, denke ich mal, nach meiner Ehe das Wichtigste jetzt.

Inwieweit dieser Äußerung Glauben zu schenken ist, bleibt unklar, da er während des Interviews mehrfach eingesteht, dass bei der zuweilen geradezu egozentrischen Durchsetzung privater Pläne seine Frau möglicherweise (zeitlich) zu kurz kommt:

Auch [unsere] Hochzeit stand unter Zeitdruck, weil ich dann zwei Tage vorher noch einen Lauf hatte und einen Tag später nach der Hochzeit einen Lauf organisiert habe.

Zwar schätzt W. N. vor allem die sozialen Aspekte seines Berufs („Teamgeist“) sowie das Zusammengehörigkeitsgefühl des Sportvereins, dem er angehört, doch sein Bedürfnis nach sozialen Auszeiten – als Kontrastprogramm zu Lebenszusammenhängen, die mit einer hohen Sozialintensität verbunden sind – ist deutlich erkennbar:

Ich bin dann auch froh, wenn ich an dem anderen [freien] Tag dann mit Leuten ... nichts zu tun habe. Ich lege auch oft den Hörer daneben.

Die Tatsache, dass W. N. seinem Bedürfnis nach temporärer Unzugänglichkeit offensiv Rechnung trägt, passt gut zu seiner Neigung, private Termine „immer ein bisschen rauszuschieben“. Auf diese Weise versucht er, Flexibilität zu wahren und sich zeitliche Freiräume zu verschaffen. W. N. denkt viel an die Vergangenheit, wenn er könnte, „würde [er] gerne die Zeit – dreißig Jahre zurückdrehen“. Die Zukunft bereitet ihm, dem ehrgeizigen Laiensportler, hingegen Unmut: „Also, das Leistungsvermögen geht runter, und da muss ich schon seit Jahren mit kämpfen.“ Es ging ihm in der Vergangenheit nicht schlecht (sondern gut), es geht ihm in der Gegenwart nicht schlecht (sondern immer noch gut), aber er sieht die Gefahr, dass es ihm in der Zukunft nicht besser, sondern schlechter gehen wird. Sein Leiden an der Divergenz von Lebenszeit und Weltzeit, welches sich als Sujet wie ein roter Faden durch das Interview zieht, wird auch spürbar, wenn er am Beispiel seiner Urlaubsplanungen das Dilemma zeitlicher Nullsummenkonkurrenzen – ein Zeitquantum lässt sich nur einmal verausgaben – thematisiert:

Ich habe also jetzt schon die Schwierigkeit, diese Ziele, da, wo ich schon mal im Urlaub war, werde ich nicht mehr hinkommen, alle Ziele werde ich nicht mehr erreichen, das ist schon für mich erledigt. Und neue Ziele, wenn die noch dazu kommen, wird sich die Zahl der anderen reduzieren.

W. N. hegt gewisse Veränderungsabsichten mit Blick auf sein zukünftiges Leben, die sich vor allem auf das auch zeitthematisch fassbare Verhältnis von Sport und Beruf beziehungsweise Weiterbildung beziehen:

Ich möchte also weniger Sport machen, möchte mehr mich irgendwo weiterbilden. ... Manchmal werde ich daran gestoßen oder stoße ich da drauf, dass ich da eben mal oft oder manchmal denke: Der Sport ist jetzt vorbei. Wenn du damals weniger Sport gemacht hättest, da würde jetzt auch keiner mehr nachfragen. Ob du jetzt die Urkunden da hättest oder nicht, aber du hättest, beruflich wärst du dann weiter.

Möglicherweise schwingt hier ein wenig Wehmut mit, vielleicht ist es auch die Einsicht in die Sinnhaftigkeit der Suche nach alternativen Zeitverbringungsformen – zum stark zeitbindenden Sport während der vergangenen Jahrzehnte – im fortgeschrittenen Alter. Das Interview mit W. N. resümierend, kann festgestellt werden, dass es sich bei ihm um einen Erwerbstätigen handelt, dessen Arbeit einen wichtigen und geschätzten Teil seines Lebens darstellt, weil sie ihm Gelegenheiten sozialer Zugehörigkeit bietet. Ihm wird jedoch bange bei dem Gedanken an seine Zukunft und das damit zwangsläufig einhergehende Älterwerden (samt seiner Implikationen). Sensibilisiert für das unwiederbringliche Vergehen seiner Lebenszeit, wirkt sein Entscheiden und Handeln mitunter egozentrisch – und zwar in dem Sinne, dass er aus der ihm verbleibenden Zeit möglichst viel schöpfen möchte.

Die Interviewpartner, die dem Typus des egozentrischen Zeitsensiblen zugeordnet wurden (Tabelle 1), stellen hinsichtlich sozio-demografischer Merkmale eine vergleichsweise heterogene Personengruppe dar; inhaltlich verbindet sie jedoch ein ambivalentes Verhältnis zur Zeit:⁸ Auf der einen Seite leiden sie unter einem Zeitproblem – vor allem unter dem Phänomen rasch vergehender Zeit –, auf der anderen Seite schützen sie ihre eigene Zeit so gut es geht, sodass sie objektiv betrachtet über einen respektablen Zeitwohlstand verfügen.

Der zufriedene Zeitstrategielose

Als Beispielfall für diesen Typus dient der 47-jährige Arnold Kron (nachfolgend: A. K.). Er ist verheiratet, hat eine 12-jährige Tochter, verfügt über einen Hauptschulabschluss sowie eine abgeschlossene Lehre zum Datenverarbeitungskaufmann und ist als selbstständiger Programmierer tätig. Im Durchschnitt arbeitet er 45 Stunden wöchentlich.

A. K. hat seinen Beruf, in den er durch eine Umschulungsmaßnahme nach einem schweren Motorradunfall gleichsam zufällig geriet, vor gut zwei Jahrzehnten zum Hobby gemacht (in der Tat: so herum). Dennoch hält er prinzipiell eine Trennung der beiden zeitlichen Sphären von Arbeit und Privatleben für wünschenswert – „ich nehme mir keine Arbeit aus dem Büro mit nach Hause“ –, allerdings wird diese Trennung faktisch untergraben durch den Umstand, dass er seinen Beruf als Berufung begreift und „sonst keine Hobbies, denen ich so in meiner Freizeit nachgehe“, hat. Damit un-

⁸ Zur Erinnerung: In den clusteranalytischen Typisierungsprozess wurden ausschließlich solche Variablen aufgenommen, die sich aus der Codierung der Interviewdaten ergeben hatten, also keine sozio-demografischen Merkmale.

terscheidet sich seine private kaum von seiner beruflichen Zeitfüllung – auch zu Hause verbringt er einen Großteil der Zeit am Rechner. Würde er vor die Aufgabe gestellt, drei Stunden einmal anders zu füllen als mit Programmieren, stellte dies ein Problem für ihn dar: „Ja, die müsste ich dann ... irgendwie verblödeln, irgendwie rumbringen.“ Von den drei Zeiträumen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft ist für A. K. die Gegenwart, die „schon so ein[en] Abschnitt von einem Monat vielleicht“ umfasst, der bedeutendste Zeitabschnitt. Diese Wahl trifft er, indem er erläutert, warum die beiden anderen Zeiträume nicht an die Bedeutung der Gegenwart heranreichen: „Die Vergangenheit, da kann ich eh nichts mehr dran ändern. Die Zukunft, da weiß keiner, was auf einen zukommt.“ Die Zukunft möchte er gerne als Fortsetzung seiner ihn zufrieden stellenden Gegenwart erleben. Dabei erscheint ihm ein (zukunftsorientierter) Bedürfnis- und Belohnungsaufschub als Lebensmaxime wenig tauglich, da die Zukunft nur in Grenzen planbar ist:

Wir [er und seine Frau] haben jetzt vor kurzem noch uns drüber unterhalten. Da habe ich gesagt, im Grunde ist es total dumm, jetzt mit Hinblick auf die Rente, da irgendwelche, versuchen, Reichtümer anzuhäufen. Lohnt sich nicht. Wer weiß, ob wir das überhaupt noch erleben?

A. K. lehnt längerfristige Zeitzusagen, vor allem im privaten Kontext, ab: „Ich sage dann eher, wir telefonieren noch mal vorher.“ Er begründet dies mit dem Wunsch, flexibel bleiben zu wollen: „Ich will mich da nicht so festlegen.“ Diese Präferenz für spontane Entscheidungen korrespondiert mit seiner Äußerung, dass er sich „Termine selten, fast gar nicht auf[schreibt].“ Auf die Frage nach seinen persönlichen Strategien im Umgang mit Zeit antwortet er kurz und unmissverständlich: „Strategien habe ich nicht.“ Indem er täglich „maximal zehn Stunden arbeiten“ geht, stellt er für sich subjektiv sicher, dass ihm die Zeit nicht knapp wird. Überlegungen, wie es wäre, wenn der Tag mehr als 24 Stunden hätte, findet A. K. müßig: „Da der Tag ja nun einfach nicht mehr Stunden hat, ist dann einfach Ende. Punkt.“ Konsequenterweise verfolgt er – weitgehend strategielos, aber zufrieden – keine Veränderungsabsichten im Hinblick auf seinen Umgang mit Zeit:

Wissen sie, ich bin jetzt fast achtundvierzig. Und wenn ich jetzt für die letzten paar Jahre noch anfange, ... ((lacht)) ... Die meiste Zeit meines Lebens habe ich hinter mir, da brauchen wir nicht drüber diskutieren, das ist so. Und ich werde den Teufel tun, jetzt auf dem, nein, mir da noch irgendwelche Termine, nein. Wenn es nicht unbedingt sein muss, dann halte ich das weiter so wie bisher.

Das Interview mit A. K. zeigt, dass es sich bei ihm um einen Erwerbstätigen handelt, der sein Leben insgesamt wenig planend angeht, der – dem Zufall sei Dank – die Chance erhielt, seinen Beruf zum Hobby zu machen, und der auf diese Weise auffallend zeitstrategielos zur Zufriedenheit gelangt ist.

Die Interviewpartner, die dem Typus des zufriedenen Zeitstrategielosen zugeordnet wurden (Tabelle 1), sind mehrheitlich Männer und mehrheitlich Interviewpartner mit einem Schulabschluss unterhalb des Abiturs. Dieser Typus geht sowohl sein Berufs- als auch sein Privatleben wenig aktiv gestaltend an, denkt nicht über die Zeit-

problematik nach und ist trotz – oder vielleicht gerade wegen – seiner weitgehenden Strategielosigkeit zufrieden. Er handelt primär gegenwartsorientiert und trennt deutlich zwischen Arbeit und Privatleben.

Der robuste Zeitpragmatiker

Als Beispielfall für diesen Typus dient der 47-jährige Klaus Kardowski (nachfolgend: K. K.). Er ist verheiratet, hat zwei Töchter im Alter von 11 und 15 Jahren, verfügt über die mittlere Reife und ist als technischer Angestellter beschäftigt. Im Durchschnitt arbeitet er 45 Stunden wöchentlich.

Zeit nimmt K. K. „eigentlich bei mehr oder weniger jeder Gelegenheit [wahr], wenn sie limitiert ist oder eine bestimmte Zeit vorgegeben ist.“ Doch Zeit ist für ihn nicht permanent limitiert oder kontingiert:

Wobei es durchaus so ist, dass es Zeiträume gibt, die für mich nicht begrenzt sind. Die nutze ich auch ganz bewusst und schau dann auch nicht auf die Uhr und lasse die Zeit vergehen.

Ihm ist jedoch bewusst, dass die Endlichkeit der Zeit das Potential in sich trägt, zu einem Problem zu werden:

Sicher, bedingt, dass Zeit limitiert ist, kommen sie irgendwann mal, wenn was nicht so läuft, wie sie es geplant haben oder wie es vorgegeben ist, kommen sie natürlich dann schon in Stress. Da müssen sie schon eben umorganisieren. Denn ich sage immer, man kann so viel planen, wie man möchte, auch im Zeitrahmen, aber es kommt immer anders, wie man denkt, und da muss man eben halt etwas flexibel sein und die Zeit, das Zeitmanagement sich etwas anders gestalten.

Dieser Gesprächsbeitrag erweist sich als charakteristisch für das Interview mit K. K.: Es ist ein robuster Zeitpragmatismus, der hier deutlich wird und der in gewisser Weise einer bekannten Redewendung entspricht: ‚Was nicht passt, wird passend gemacht‘ – flexibel reagiert K. K. auf das gelegentliche Auseinanderfallen von Wunsch und Wirklichkeit, notfalls passt er den Wunsch an die Wirklichkeit an. Er nimmt darüber hinaus an, dass zunehmende Lebens- und Berufserfahrung zu zeitlicher Gelassenheit verhelfen:

Das ist eine Sache der Erfahrung, der Routine. Was auch nicht, sag ich mal, Routine nicht unbedingt immer schlecht sein muss. In dem Fall ist es eine gute Geschichte.

Eine weitere Erklärung für die Abnahme innerer Getriebenheit liefert für ihn zunehmendes Alter:

Irgendwann kommen sie an einen Lebenspunkt, wo man weiß, ja, mag auch nicht der schlechteste Punkt sein, aber man weiß, dass bestimmte Dinge nicht mehr gehen.

Diesen „Lebenspunkt“ mag er mit seinen 47 Jahren erreicht haben, und die von ihm zum Ausdruck gebrachte Einsicht in die Limitiertheit ambitionierter Lebensentwürfe kann als ein weiterer Beleg für seinen robusten Zeitpragmatismus gewertet werden: So wie es (gekommen) ist, ist es gut. Unverschnörkelt geht K. K. auf die Bedeutung der drei Zeiträume Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft ein:

Bedeutendste [Zeit] ist natürlich die Gegenwart, der Augenblick. Dann kommt die Vergangenheit, weil, aus der lernt man, nimmt man Dinge mit. Was die Zukunft bringt, mein Gott, das weiß ich morgen. ((lacht)) Weiß ich nicht heute. Man kann zwar Dinge in die Zukunft planen, das tut man ja beim Planen auch, aber ich tue es nicht so im Detail, dass es irgendwann dann so schlimm und enttäuschend wäre, wenn es nicht funktioniert. Weil ich weiß, dass das Leben halt nicht gerade so spielt, wie man das möchte. Da kommen immer viele Einflussfaktoren. Das ist, wenn man, ich sage mal, mit beiden Füßen im Leben steht, ist das so.

Er ist ein dem Leben in der Gegenwart zugewandter Pragmatiker, der seine Zeitmanagementlektionen längst verinnerlicht hat, daher um die Bedeutsamkeit des „Setzen[s] von Prioritäten“ weiß und stets nur einen Teil des Tages verplant, „der Rest bleibt einfach frei für Dinge, die irgendwo passieren“. Erwartungsgemäß hegt K. K. keine Veränderungsabsichten hinsichtlich seines Umgangs mit Zeit: „Nö, weil das für mich, sag ich mal, so in Ordnung ist, und damit komme ich eigentlich ganz gut zurecht.“ Das Interview mit K. K. als Ganzes in Augenschein nehmend, bleibt festzuhalten, dass es sich bei ihm um einen Erwerbstätigen handelt, der souverän – nämlich robust und pragmatisch – mit seiner Alltags- und Lebenszeit umzugehen weiß. Er sieht sich mitten im Leben stehen, und es ist zu spüren, dass er sich da wohlfühlt. Seine Lebenszufriedenheit erinnert an jene des zufriedenen Zeitstrategielosen, doch anders als letztgenanntem Typus sind ihm die ‚Mechanismen‘ des Lebens sehr bewusst. Bewusstheit (im Sinne von Reflexionsfähigkeit und -bereitschaft) teilt er mit dem reflektierenden Zeitgestressten, doch im Gegensatz zu diesem Typus scheint er dem Ideal eines gelingenden Lebens recht nahe zu kommen.

Die Interviewpartner, die dem Typus des robusten Zeitpragmatikers zugeordnet wurden (Tabelle 1), wählten mittlere Karrierelaufbahnen und schätzen ihre Arbeit. Die Beobachtung, dass dieser Typus häufig eine klare Trennlinie zwischen Arbeit und Privatleben zieht und Methoden und Techniken des Zeitmanagements anwendet, mag sowohl Ursache als auch Folge seines robusten Zeitpragmatismus sein. Er handelt wie der Typus des zufriedenen Zeitstrategielosen primär gegenwartsorientiert, zeichnet sich demgegenüber aber durch einen planvollen Umgang mit seiner Zeit aus.

Ausgehend von diesen vier Beispielfällen und mit Blick auf die Ergebnisse der clusteranalytischen Klassifikation lassen sich die empirisch ermittelten Zeittypen entlang der drei zentralen Untersuchungsdimensionen zusammenfassend darstellen (Tabelle 1):

Tabelle 1: Typologie des Zeiterlebens, Zeitdenkens und Zeithandelns

		Typus 1 reflektieren- der Zeitge- stresster	Typus 2 egozentrischer Zeitsensibler	Typus 3 zufriedener Zeitstrategie- loser	Typus 4 robuster Zeitpragmati- ker
	Fälle	6	5	4	6
Zeit- erleben	Zeitstressempfinden ausreichend für Persönliches	ausgeprägt nein	ausgeprägt nein	nein ja	gering ja
Zeit- denken	Zeit ist ein Problem, weil sie mit Missbe- hagen ein- hergeht	... ein Problem, weil sie zu schnell vergeht	?	... Geld – eine zu bewirtschaft- ende Res- source
Zeit- handeln	Trennung von Beruf und Privatleben	nein	nein	ja	ja
	primärer Zeitbezug strategischer Zeit- umgang	Zukunft ja	Vergangenheit nein	Gegenwart nein	Gegenwart ja
	Veränderungsab- sichten im Umgang mit Zeit	ja	nein	nein	nein
sozio- demo- grafische Merkmale	Geschlecht	Frauen und Männer	mehrheitlich Frauen	mehrheitlich Männer	mehrheitlich Männer
	Alter	22-60	34-53	33-53	35-55
	Bildungsniveau	hoch	heterogen	tendenziell niedrig	heterogen
	berufliches Engage- ment	hoch	heterogen	tendenziell niedrig	heterogen

Es ist mit Blick auf die drei zentralen Untersuchungsdimensionen erkennbar, dass sich die Typen 1 und 2 einerseits sowie die Typen 3 und 4 andererseits jeweils ähneln. Auf den Punkt gebracht: Die erstgenannten haben Probleme im Umgang mit Zeit, die letztgenannten haben sie nicht – allerdings aus typspezifisch unterschiedlichen Gründen. Zu welchen Erkenntnissen kann diese Typologie bei dem soziologischen Blick auf Lebensläufe verhelfen? Dieser Frage wird im nächsten Abschnitt nachgegangen.

Betrachtungen aus der soziologischen Perspektive des Lebenslaufs

Zeitsoziologische Befunde der vorliegenden Art bieten sich für eine Betrachtung ihrer Lebenslaufrelevanz an. Hierzu wird auf drei zentrale Prinzipien des Lebenslaufparadigmas (Elder/Kirkpatrick/Crosnoe 2004; Shanahan/Macmillan 2008) zurückgegriffen: (1) *linked lives*, (2) *agency* und (3) *life-stage*.

Das erste Prinzip, *linked lives*, verweist auf die „interconnectedness of lives“ (Bengtson/Elder/Putney 2005, 494), also auf den Tatbestand, dass jedes Individualleben eingebettet ist in die Leben anderer (häufig verwandtschaftlich nahestehender) Menschen. Aus dieser Verbundenheit der Leben resultiert beispielsweise, dass die Entscheidung einer Mutter, fortan erwerbstätig zu sein, Auswirkungen haben kann auf die übrigen Familienmitglieder: Mit hoher Wahrscheinlichkeit verbessert ihre Entscheidung die finanzielle Lage der Familie und ermöglicht damit eine bessere (d.h. längere und teurere) Ausbildung der Kinder, zugleich mag aber auch die Partnerschaft der Eltern aufgrund von knapper werdender Zeit leiden. Insofern ist dieses Lebens-

laufprinzip von herausragender Bedeutung. In der Tat betonen zahlreiche der Interviewpartner den Umstand, dass ihr Zeithandeln geprägt ist von ihren Lebenspartnern, ihren Kindern und manchmal auch ihren Eltern. So richten sich Väter in ihrer Urlaubsplanung nach den Schulferien ihrer Kinder, und Mütter entscheiden sich in Abhängigkeit vom Alter ihrer Kinder oder der Betreuungsbedürftigkeit ihrer Eltern oder Schwiegereltern für eine Ganz- oder Halbtagsbeschäftigung.

In diesem Zusammenhang treten Genderdifferenzen deutlich hervor, indem Frauen die Interdependenz verschiedener Leben im Allgemeinen weitaus intensiver als Männer erfahren – und auch in den Interviews thematisieren. Sie berichten viel von alltäglichen Begebenheiten, in denen das (mehr oder weniger enge) Zusammenleben mit den für sie relevanten Bezugspersonen einen nennenswerten Einfluss auf ihr Zeiterleben und Zeithandeln ausübt, etwa wenn der Blick auf die Uhr „mittags stärker“ wird, „weil dann der Sohn hungrig von der Schule nach Hause kommt“, wie eine 38-jährige halbtags beschäftigte Beamtin erzählt. Für sich selbst beanspruchen erwerbstätige Mütter freie Zeiten häufig nur dann, wenn sie ‚übrig‘ bleiben. Da jedoch nahezu jede Form von Arbeit die Eigenart hat, sich einem Gas gleich auszubreiten (Parkinson 1958) und damit das alte englische Sprichwort „a woman’s work is never done“ (Moore 1963, 31) zum Tragen kommt, ergeben sich im Alltagsleben erwerbstätiger Mütter de facto selten frei verfügbare Zeiten.⁹ Bemerkenswert ist dabei, dass Frauen die mitunter unvermittelt an sie herangetragenen Zeitansprüche ihrer Mitmenschen häufig positiv konnotieren: „Wenn mich jemand um Hilfe bittet, will ich auch spontan sein“, so eine 55-jährige Verwaltungsangestellte eines Krankenhauses. Demgegenüber interpretieren Männer Mitmenschen, die – zumal kurzfristig – auf ihre Zeit zugreifen, eher als störende ‚Eindringlinge‘. Sie legitimieren z.B. die Delegation einer Wunscherfüllung ihrer Kinder an deren Mütter mit ihrem anstrengenden (zurückliegenden) Arbeitstag; dieser ‚Job-Joker‘ wird im Übrigen auch dann von vielen Vätern gezogen, wenn die Mütter ebenfalls erwerbstätig sind. Daraus folgt, dass Frauenzeiten – im Gegensatz zu Männerzeiten – als hochgradig verletzliche, leicht kolonialisierbare Zeiten aufgefasst werden müssen. Die soziale Einbindung alltäglichen Zeithandelns fällt somit geschlechterabhängig sehr unterschiedlich aus.

Das zweite Prinzip, *agency*, steht für die Komplexität von individuellem Handeln im sozialen Kontext, welches geprägt ist durch das Zusammenspiel der iterationalen Bezogenheit auf die Vergangenheit, der projektiven auf die Zukunft und der praktisch-evaluativen auf die Gegenwart (Emirbayer/Mische 1998). Mit anderen Worten: Individuen begreifen ihre Vergangenheit als Erfahrungsreservoir, aus dem sie schöpfen; sie entscheiden und handeln planvoll – auf der Grundlage von Erfahrungen – in der Gegenwart; sie setzen sich Ziele und machen Pläne für die Zukunft. Es geht ihnen folglich darum, ihre Alltags- und Lebenszeit ‚unter Kontrolle‘ zu behalten. Hierbei lassen die vorliegenden Daten zwei divergente Muster erkennen: Die eine Hälfte der Interviewpartner erweist sich kontextsensitiv, d.h. unter Berücksichtigung von Mög-

⁹ Dies bestätigen auch die Befunde von Gille/Marbach (2004, 101-112), die auf der Basis der Daten der Zeitbudgeterhebung 2001/02 einen Stressindikator entwickelten, der die Zeitbelastung, die sich aufgrund unterschiedlicher Strukturen der Zeitverwendung ergibt, quantifiziert. In die Berechnung dieses Indikators *Turbulenz der Zeitverwendung* fließen die drei Merkmale Anzahl der Aktivitäten, Dichte der Zeitverwendung (Haupt- und Nebentätigkeiten) sowie Anzahl der Tätigkeitswechsel – jeweils pro Zeiteinheit – ein. Demzufolge erleben Frauen, zumindest an Werktagen, deutlich größere Zeitturbulenzen als Männer.

lichkeiten und Einschränkungen (Hitlin/Elder 2007), als aktive Zeitplaner, die bemüht sind, ihr Leben ‚auf Kurs‘ zu halten, beispielsweise indem sie bewusst der Entgrenzung von Arbeit und Privatleben Einhalt gebieten. In (berufs-)biographischer Hinsicht sind diese aktiven Zeitplaner darauf bedacht, retrospektiv einen roten Faden in ihrem Leben zu konstruieren. Ihre gegenwärtige Karriereposition, die im Falle der meisten Endvierziger vielfach auch die ‚Endstation‘ darstellt, versuchen sie sich im Nachhinein zu erklären – bis hin zu der (für die meisten allerdings nicht betrüblichen) Frage, warum sie es nicht noch weiter geschafft haben.¹⁰ Hinsichtlich der Untersuchungsdimension des Zeithandelns liegt es nahe, *agency* mit einer ausgeprägten Zukunftsorientierung (Hitlin/Elder 2007, 57; Shanahan/Macmillan 2008, 51) und einem erfolgreich internalisierten Bedürfnis- und Belohnungsaufschub zu assoziieren: Wer davon ausgeht, weitgehende Kontrolle über seinen Lebenslauf zu besitzen (zur Kontrollüberzeugung vgl. Krampen 1992; Lefcourt 1998), tut dies stets (auch) mit Blick auf die Zukunft.

Die andere Hälfte der Interviewpartner lässt hingegen ein Zeithandlungsmuster erkennen, das beinahe als zukunftsvergessen zu bezeichnen ist. Dieses Muster erinnert – metaphorisch formuliert – an die Routen eines Flipperballs. Tag für Tag leben sie ihr Leben, wie es sich ihnen präsentiert. Dieses von fatalistischer Passivität geprägte Muster, das vielleicht als ‚*non-agency*‘ bezeichnet werden könnte, zeigt sich zum einen an einem niedrigen Grad an alltäglicher Zeitreflexion, zum anderen an einem Lebenslauf, der sich als Resultat einer Vielzahl zufälliger Ereignisse ergibt. Eine häufig damit korrespondierende Äußerung lautet sinngemäß: „Das hat sich dann so ergeben.“

Das dritte Prinzip, *life-stage*, nimmt in soziologischer Hinsicht Bezug darauf, dass mit jedem Lebensalter (im Sinne von *social age*) bestimmte altersadäquate Rollen- und Kompetenzerwartungen verknüpft sind und dass demnach die Bedeutungen und Konsequenzen eines identischen Ereignisses in hohem Maß davon abhängen, zu welchem Zeitpunkt es im Leben eines Individuums eintritt (Shanahan/Macmillan 2008, 52). So ist es z.B. möglich, dass eine Periode der Arbeitslosigkeit in jüngeren Jahren leichter kognitiv und auch emotional bewältigt wird als in einem (höheren) Alter, an welches (für gewöhnlich) recht rigide Erwartungen beruflicher Etablierung gekoppelt sind. In einer grundsätzlicheren Lesart referenziert *life-stage* auf die Lebensphase, in der sich ein Individuum befindet.

Zahlreiche Interviewpartner der Generation ‚40 plus‘ thematisieren eigeninitiativ den Zusammenhang von Lebensalter (bzw. Lebensphase) und Zeiterleben.¹¹ Sie sprechen von einer Art biographischem ‚Wendepunkt‘, von dem an sie jene von Rosa (2005) beschriebene (Lebens-)Beschleunigung und Ruhelosigkeit zu spüren begannen. Sie verorten diesen *turning point* (Elder 2001, 8818) um ihren 40. Geburtstag; mit Beginn dieses Lebensabschnitts kann der subtile Eindruck der ‚Halbzeit eines typischen Lebens‘ verbunden werden, ab diesem Lebensalter ist die Restlebenszeit er-

10 Es sei an den 47-jährigen technischen Angestellten (Beispielfall für den Typus des robusten Zeitpragmatikers) erinnert, der vom „Lebenspunkt, wo man weiß, ... dass bestimmte [berufliche] Dinge nicht mehr gehen“, sprach.

11 Elf der 21 analysierten Interviews wurden mit Erwerbstätigen im Alter zwischen 45 und 55 Jahren geführt; diese Menschen gehören demnach einer *age cohort* (Bengtson/Elder/Putney 2005, 495) an.

wartbar kürzer als die bereits gelebte Zeit.¹² Zugleich erstaunt allerdings, dass einige der Interviewpartner dieser Altersgruppe den Anschein erwecken, als sei das Leben in ihren Augen bereits ‚so gut wie gelaufen‘.¹³ Bedenkt man die durchschnittliche Lebenserwartung eines Deutschen, welche in dieser Kohorte bei rund 80 Jahren liegt, so überrascht eine solche Einschätzung, die möglicherweise in Zusammenhang mit dem erwähnten Muster der ‚non-agency‘ gesehen werden kann. Generell stellt sich im Hinblick auf *life-stage* die Frage der Lebensphasenabhängigkeit des von Rosa (2005) beschriebenen Beschleunigungserlebens: Wie werden die (heute erwerbstätigen) Interviewpartner ihren Ruhestand erleben? Werden sie, die sie mehrheitlich jenseits ihres 40. Lebensjahrs eine Beschleunigung des Lebenstempos erfahren haben, im Alter eine Entschleunigung wahrnehmen?

Die Verknüpfung der hier vorgestellten vier Zeittypen mit den drei Prinzipien des Lebenslaufparadigmas führt zu folgender Übersicht (Tabelle 2), die auch als Heuristik für weitergehende Forschung dienen könnte:

Tabelle 2: Zeittypologie und Lebenslaufprinzipien

Typologie	Prinzipien des Lebenslaufparadigmas		
	<i>linked lives</i>	<i>agency</i>	<i>life-stage</i>
Typus 1 – der reflektierende Zeitgestresste	schwach	stark	hohes Bewusstsein
Typus 2 – der egozentrische Zeitsensible	stark	schwach	hohes Bewusstsein
Typus 3 – der zufriedene Zeitstrategielose	schwach	schwach	niedriges Bewusstsein
Typus 4 – der robuste Zeitpragmatiker	stark	stark	hohes Bewusstsein

Der Typus des reflektierenden Zeitgestressten zeigt schwache Anzeichen eines *linked life*. Häufig bedeutet dies, dass er eine von signifikanten Anderen relativ losgelöste Lebensführung praktiziert.¹⁴ Sein Grad an *agency* hingegen ist als stark zu bezeichnen; dies wird vor allem an seiner strategischen Lebens- und Karriereplanung deutlich. Entsprechend seiner Tendenz, Alltags- und auch Lebenszeit zu kontrollieren, weist er ein hohes Bewusstsein von der Lebensphase (*life-stage*), in der er sich befindet, auf. Der Typus des egozentrischen Zeitsensiblen zeigt eine vergleichsweise hohe Verbundenheit mit seinen Mitmenschen, und diese starke Ausprägung von sozialer Einbindung könnte auch erklären, warum dieser Typus, der zur Sorge vor zu geringen Eigen- und ‚Restlebenszeiten‘ neigt, seine Zeit mitunter egozentrisch verteidigt. In seiner alltäglichen Lebensführung lässt er wenig *agency* erkennen; mehr als die Zukunft dient ihm die Vergangenheit als Referenzrahmen gegenwärtigen (Zeit-)Erlebens – wobei seine Verlustangst eben doch einen Zukunftsbezug aufweist. Seine Furcht vor zu schnell vergehenden Zeiten lässt auf ein hohes Bewusstsein seiner *life-stage* schließen, allerdings auch auf ein mentales Fundament, auf dem sich ein problemati-

12 Hier sei auf eine Äußerung der 48-jährigen Organisationsberaterin (Beispielfall für den Typus des reflektierenden Zeitgestressten) verwiesen. In ihrem Erleben begann sich die Zeit mit Anfang 40 zu beschleunigen: „Früher waren zehn Jahre ein unermesslicher Zeitraum, weil es eher vor einem lag, und jetzt liegen schon einige zehn Jahre hinter mir. Damit ist [das Leben] ein Stück überschaubarer geworden, und damit wird jetzt auch, was noch vor mir liegt, auch wesentlich kürzer wahrgenommen.“

13 Auf die Frage, ob er Veränderungsabsichten im Hinblick auf seinen Umgang mit Zeit hege, antwortete etwa der 47-jährige Programmierer (Beispielfall für den Typus des zufriedenen Zeitstrategielosen), das erbege für ihn keinen Sinn mehr, „jetzt für die letzten paar Jahre“.

14 Auffällig ist, dass diesem Typus drei Männer sowie drei kinderlose Frauen zugeordnet wurden.

sches Verhältnis zu Alter und Altern entwickeln kann (Crosnoe/Elder 2002). Der Typus des zufriedenen Zeitstrategielosen könnte als Einzelgänger bezeichnet werden – und zwar selbst dann, wenn er mit einer Familie zusammenlebt. Da sein Lebensstil und -lauf an die Flugbahn eines Flipperballs erinnern, ist sein Grad an *agency* als schwach zu bewerten. Sein gegenwärtiger Lebensabschnitt (*life-stage*) kümmert ihn, wie vieles andere auch, wenig. Der Typus des robusten Zeitpragmatikers weist eine ausgeprägte Familien- und Freundschaftsorientierung auf; seine soziale Einbindung ist als hoch einzuschätzen. Sein robuster Zeitpragmatismus verweist auf einen starken Grad an *agency*. Trotz seiner pragmatischen Haltung gegenüber seinem (Berufs-) Leben ist er sich seines gegenwärtigen Lebensabschnitts (*life-stage*) in hohem Maß bewusst.

Tabelle 2 verdeutlicht die Unterschiede zwischen den vier Zeittypen hinsichtlich der drei Lebenslaufprinzipien. Es ist festzustellen, dass es bemerkenswerterweise kein klares Muster von ‚Zeit‘ und ‚Lebenslauf‘ gibt. Denn wenn wir uns vergegenwärtigen, dass – aus unterschiedlichen Gründen – die ersten beiden Zeittypen mehr Probleme im Umgang mit Zeit aufweisen als die letzten beiden Zeittypen, so stellt sich die Frage, warum etwa eine starke Ausprägung von *agency*, die für eine hochgradige Zeitreflexion und in konventioneller Weise verstandene Zeitkompetenz steht, sowohl mit Zeitkonflikten (Typus 1) als auch ohne (Typus 4) einhergehen kann. Vergleichbares trifft auch auf die beiden anderen Lebenslaufprinzipien zu: Offenbar kann eine ausgeprägte soziale Einbindung zu einem gelingenden Lebensvollzug beitragen (Typus 4) – sie kann in dieser Hinsicht aber auch hinderlich wirken (Typus 2). Schließlich steht eine schwache Bewusstheit über die Lebensphase, in der sich der Betroffene befindet, nicht zwangsläufig für Probleme im Umgang mit Zeit (Typus 3).

Schlussbetrachtung

Wie verhalten sich die im Rahmen der obigen Typologie dargestellten empirischen Ergebnisse nun zu der von Rosa (2005) formulierten Theorie sozialer Beschleunigung? Während quantitative Befunde seine Beschleunigungsthese in der Tendenz bestätigen, ist es weitaus schwieriger, die vorgestellten qualitativen Befunde in Einklang mit seinen Annahmen zu bringen. Diese festgestellte Diskrepanz lässt sich zu einem nennenswerten (wenn auch nicht quantifizierbaren) Anteil darauf zurückführen, dass quantitative Datenerhebungen – auf denselben Sachverhalt bezogen – zu anderen Ergebnissen führen können als qualitative Erhebungen; hier mögen die deutlich unterschiedlichen situativen Bedingungen der beiden Datenerhebungsformen eine wichtige Rolle spielen. Es ist denkbar, dass sich Befragte im Fall einer standardisierten und in der Regel anonymen Befragungssituation eher an den *Zeitgeist* erinnern, an das, was dem *Nerv der Zeit* entspricht: an chronische Zeitknappheit, an Beschleunigung, an Getriebenheit. In der Konsequenz antworten sie möglicherweise so, wie sie glauben, dass es von ihnen erwartet würde. In einer mündlichen und weitgehend offenen Befragungssituation hingegen mögen die Befragten – und manchmal sogar dieselben Befragten – ganz anders reagieren: Dann sitzen sie dem Sozialforscher gegenüber, meist mit ein bisschen Zeit, die sie sich für dieses Interview genommen haben, und plötzlich

erscheint es ihnen, als sei die Äußerung von ‚gelebter Zeitsouveränität‘ sozial erwünscht – sie äußern folglich das Gegenteil von Getriebenheit.¹⁵

Doch auch ungeachtet der unterschiedlichen situativen Datenerhebungsbedingungen quantitativer und qualitativer Sozialforschung drängt sich vor dem Hintergrund der dargelegten Befunde die Frage auf, inwieweit Rosas bisweilen rigoros formulierte Annahmen einer *strukturell* bedingten Beschleunigung des Lebens (und der Lebensführung) ihre Grenze finden an den *subjektiven* Deutungen, d.h. den ideografischen Erlebensformen und Handlungsmustern (potentiell) betroffener Menschen: Die vorgestellte Typologie macht sehr deutlich, dass es durchaus Muster des Zeiterlebens, -denkens und -handelns gibt, die (weitgehend) unberührt sind von den von Rosa beschriebenen Akzelerationsprozessen.

Die Hinzuziehung der Lebenslaufperspektive, also der Ebene biographischer Zeit (zur Ebene historischer Zeit), zeigt darüber hinaus – vor allem am Beispiel des reflektierenden Zeitgestressten –, dass weder eine primär solitär praktizierte hochgradige Zeitreflexion noch eine in konventioneller Weise verstandene, d.h. operative Zeitkompetenz notwendigerweise das Leben eines ‚guten Lebens‘ erleichtern; vielmehr gehen beide Charakteristika oftmals einher mit Problemen im Umgang mit Zeit und Schwierigkeiten in der alltäglichen Lebensführung. Damit stellt sich die weiterhin (auch) empirisch zu bearbeitende Frage nach den Determinanten gelingender Zeitpraxis als ein lohnenswertes Forschungsfeld dar.

LITERATUR

- Adam, Barbara (2005): *Das Diktat der Uhr. Zeitformen, Zeitkonflikte, Zeitperspektiven*, Frankfurt am Main.
- Adam, Barbara, Karlheinz A. Geißler und Martin Held (Hg.) (1998): *Die Nonstop-Gesellschaft und ihr Preis. Vom Zeitmißbrauch zur Zeitkultur*, Stuttgart.
- Beck, Ulrich (1986): *Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne*, Frankfurt am Main.
- Bengtson, Vern L., Glen H. Elder und Norella M. Putney (2005): *The Lifecourse Perspective on Aging: Linked Lives, Timing, and History*, in: Johnson, Malcolm L. (Hg.): *The Cambridge Handbook of Age and Ageing*, Cambridge, 493-501.
- Blumenberg, Hans (1986): *Lebenszeit und Weltzeit*, Frankfurt am Main.
- Burzan, Nicole, Birgitta Lökenhoff, Uwe Schimank und Nadine M. Schöneck (2008): *Das Publikum der Gesellschaft. Inklusionsverhältnisse und Inklusionsprofile in Deutschland*, Wiesbaden.
- Crosnoe, Robert und Glen H. Jr Elder (2002): *Successful Adaptation in the Later Years: A Life Course Approach to Aging*, in: *Social Psychology Quarterly* 65:4, 309-328.
- Deutsche Gesellschaft für Zeitpolitik (Hg.) (2005): *Zeit ist Leben. Manifest der Deutschen Gesellschaft für Zeitpolitik*, online unter http://www.zeitpolitik.de/pdfs/ZP_Manifest.pdf
- Elder, Glen H. Jr. (2001): *Life Course: Sociological Aspects*, in: Smelser, Neil J. und Paul B. Baltes (Hg.): *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*, Amsterdam, 8817-8821.

15 Ein gutes Beispiel für eine derartige Diskrepanz zwischen dem Antwortverhalten in quantitativen und qualitativen Erhebungssituationen stellt Klaus Kardowski (Beispielfall für den Typus des robusten Zeitpragmatikers) dar: In der Telefonbefragung für das DFG-Projekt „Inklusionsprofile“ gab er an, sowohl sehr beschäftigt zu sein als auch sich sehr getrieben zu fühlen. Im späteren Interview war davon seinen Äußerungen wenig zu entnehmen.

- Elder, Glen H. Jr., Monica Kirkpatrick Johnson und Robert Crosnoe (2004): The Emergence and Development of Life Course Theory, in: Mortimer, Jeylan T. und Michael J. Shanahan (Hg.): *Handbook of the Life Course*, New York, 3-19.
- Emirbayer, Mustafa und Ann Mische (1998): What is Agency?, in: *The American Journal of Sociology* 103:4, 962-1023.
- Frissen, Valerie A. J. (2000): ICTs in the Rush Hour of Life, in: *The Information Society* 16:1, 65-75.
- Geißler, Karlheinz A. (2004): *Alles. Gleichzeitig. Und zwar sofort. Unsere Suche nach dem pausenlosen Glück*, Freiburg.
- Gille, Martina und Jan Marbach (2004): Arbeitsteilung von Paaren und ihre Belastung mit Zeitstress, in: Statistisches Bundesamt (Hg.): *Alltag in Deutschland. Analysen zur Zeitverwendung*, Wiesbaden, 86-113.
- Gottschall, Karin und Günter G. Voß (Hg.) (2003): *Entgrenzung von Arbeit und Leben. Zum Wandel der Beziehung von Erwerbstätigkeit und Privatsphäre im Alltag*, München.
- Gronemeyer, Marianne (1993): *Das Leben als letzte Gelegenheit. Sicherheitsbedürfnisse und Zeitknappheit*, Darmstadt.
- Gross, Peter (1994): *Die Multioptionsgesellschaft*, Frankfurt am Main.
- Heintel, Peter (1999): *Innehalten. Gegen die Beschleunigung – für eine andere Zeitkultur*, Freiburg.
- Hitlin, Steven und Glen H. Elder Jr. (2007): Agency: An Empirical Model of an Abstract Concept, in: Macmillan, Ross (Hg.): *Constructing Adulthood: Agency and Subjectivity in Adolescence and Adulthood*, Amsterdam, 33-67.
- Krampen, Günter (1992): *Sozialisation von Kontrollüberzeugungen*, Trier (Trierer Psychologische Berichte 19/6).
- Kuckartz, Udo (2005): *Einführung in die computergestützte Analyse qualitativer Daten*, Wiesbaden.
- Lefcourt, Herbert M. (1998): Locus of Control and Coping with Life's Events, in: Staub, Ervin (Hg.): *Personality. Basic Aspects and Current Research*, Englewood Cliffs, 200-235.
- Lübbe, Hermann (1994): Pünktlichkeit. Über den Ursprung der Freiheit aus der Zeit-Disziplin, in: Sprondel, Walter M. (Hg.): *Die Objektivität der Ordnungen und ihre kommunikative Konstruktion. Für Thomas Luckmann*, Frankfurt am Main, 56-69.
- Luhmann, Niklas (1975): Die Knappheit der Zeit und die Vordringlichkeit des Befristeten, in: Luhmann, Niklas: *Politische Planung. Aufsätze zur Soziologie von Politik und Verwaltung*, Opladen, 143-164.
- Moore, Wilbert E. (1963): *Man, Time, and Society*, New York.
- Nassehi, Armin (1993): *Die Zeit der Gesellschaft. Auf dem Weg zu einer soziologischen Theorie der Zeit*, Opladen.
- Nowotny, Helga (1989): *Eigenzeit. Entstehung und Strukturierung eines Zeitgefühls*, Frankfurt am Main.
- Parkinson, Cyril Northcote (1958): *Parkinsons Gesetz und andere Studien über die Verwaltung*, Düsseldorf.
- Reheis, Fritz (2003): *Entschleunigung. Abschied vom Turbokapitalismus*, München.
- Rinderspacher, Jürgen P. (1985): *Gesellschaft ohne Zeit. Individuelle Zeitverwendung und soziale Organisation der Arbeit*, Frankfurt am Main.
- Rinderspacher, Jürgen P. (1987): *Am Ende der Woche. Die soziale und kulturelle Bedeutung des Wochenendes*, Bonn.
- Rinderspacher, Jürgen P. und Irmgard Herrmann-Stojanov (2006): *Schöne Zeiten. 45 Betrachtungen über den Umgang mit der Zeit*, Bonn.
- Rosa, Hartmut (1999): *Bewegung und Beharrung. Überlegungen zu einer sozialen Theorie der Beschleunigung*, in: *Leviathan* 27:3, 386-414.
- Rosa, Hartmut (2005): *Beschleunigung. Die Veränderung der Zeitstrukturen in der Moderne*, Frankfurt am Main.

- Rosa, Hartmut und William E. Scheuerman (Hg.) (2009): *High-Speed Society. Social Acceleration, Power, and Modernity*, Pennsylvania.
- Schimank, Uwe (2005): *Die Entscheidungsgesellschaft. Komplexität und Rationalität der Moderne*, Wiesbaden.
- Schneider, Louis und Sverre Lysgaard (1953): The Deferred Gratification Pattern. A Preliminary Study, in: *American Sociological Review* 18:2, 142-149.
- Schöneck, Nadine M. (2006): *Zeitwahrnehmung im sozialen Kontext. Grundlagen, gesellschaftliche Einflüsse, Konsequenzen*, Saarbrücken.
- Schöneck, Nadine M. (2009): *Zeiterleben und Zeithandeln Erwerbstätiger. Eine methodenintegrative Studie*, Wiesbaden.
- Schulze, Gerhard (1992): *Die Erlebnisgesellschaft. Kultursoziologie der Gegenwart*, Frankfurt am Main und New York.
- Seiwert, Lothar (2009): *Noch mehr Zeit für das Wesentliche. Zeitmanagement neu entdecken*, München.
- Sennett, Richard (1998): *Der flexible Mensch. Die Kultur des neuen Kapitalismus*, Berlin.
- Shanahan, Michael J. und Ross Macmillan (2008): *Biography and the Sociological Imagination: Contexts and Contingencies*, New York und London.
- Statistisches Bundesamt (Hg.) (2004): *Alltag in Deutschland. Analysen zur Zeitverwendung*, Wiesbaden.
- Voß, G. Günter und Hans J. Pongratz (1998): Der Arbeitskraftunternehmer. Eine neue Grundform der Ware Arbeitskraft?, in: *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie* 50:1, 131-158.
- Wendorff, Rudolf (1980): *Zeit und Kultur. Geschichte des Zeitbewußtseins in Europa*, Opladen.
- Witzel, Andreas (2000): Das problemzentrierte Interview [25 Absätze]. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 1 (1), Art. 22, online unter <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0114-fqs0001228>