



**Staatsinstitut für Familienforschung
an der Universität Bamberg ■**

Zeitverwendung im Alltag.

Das ifb-Zeitverwendungstagebuch.

(Stand: August 2005)

Florian Schulz

Daniela Grunow

Harald Rost

Marina Rupp

ifb – Materialien 3/2005

Ein Arbeitspapier des DFG-Projektes "Innerfamiliale Arbeitsteilung als Prozess".

© 2005 Staatsinstitut für Familienforschung an der Universität Bamberg (ifb)
D – 96045 Bamberg
Hausadresse: Heinrichsdamm 4, 96047 Bamberg

Leiter: Prof. Dr. Hans-Peter Blossfeld

Tel.: ++49 (0) 9 51/9 65 25 – 0
Fax.: ++49 (0) 9 51/9 65 25 – 29

E-Mail: sekretariat@ifb.uni-bamberg.de
Internet: <http://www.ifb-bamberg.de/>

Jeder Nachdruck und jede Vervielfältigung - auch auszugsweise - bedürfen der ausdrücklichen Genehmigung des Staatsinstituts für Familienforschung an der Universität Bamberg.



**Staatsinstitut für Familienforschung
an der Universität Bamberg**

Zeitverwendung im Alltag

(Identifikationsnummer)

In Zusammenarbeit mit:



Gefördert von:

Deutsche
Forschungsgemeinschaft



Kontakt:

Staatsinstitut für Familienforschung an der Universität Bamberg (*ifb*)

Heinrichsdamm 4

96047 Bamberg

Telefon: 09 51/9 65 25 – 0

Fax: 09 51/9 65 25 – 29

Internet: <http://www.ifb-bamberg.de/>

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter:

<http://www.pairfam.uni-bremen.de/>



Sehr geehrte Damen und Herren,

...wo bleibt die Zeit?

Zeit ist heutzutage für die meisten Menschen ein wertvolles und knappes Gut. Viele klagen über Stress und Zeitmangel. Deshalb lohnt es sich vielleicht, sich ein wenig Zeit zu nehmen und zu betrachten, was man mit seiner Zeit so anfängt. Dieses Tagebuch zu führen, dient somit nicht nur der Forschung, sondern kann auch für Sie selbst interessant sein. Und es kostet auch nicht allzu viel Zeit.

Was auf Sie zukommt ...

Wir möchten Sie bitten, für sieben aufeinanderfolgende Tage festzuhalten, was Sie tun. Dazu haben wir dieses spezielle Tagebuch vorbereitet. Sie brauchen nur bei den entsprechenden Tätigkeiten Linien in der Länge der Zeitdauer zu ziehen und in der letzten Zeile einzutragen, ob Sie dies gemeinsam mit ihrem Partner oder Ihrer Partnerin getan haben. Jeder Tag wird in einem eigenen Bogen eingetragen. Wie das Ausfüllen des Tagebuchs genau funktioniert, können Sie an dem Beispiel auf der nächsten Seite sehen.

... und einen wichtigen Beitrag leisten.

Sie fragen sich vielleicht, wozu wir diese Informationen benötigen und was wir damit tun möchten. Unser Forschungsteam beschäftigt sich seit längerem mit dem Thema Zeitverwendung im Alltag. Wir möchten wissen, wie Singles und Paare ihren Alltag gestalten und organisieren, und was sich verändert, wenn Kinder kommen. Wie viel Zeit verbringen die Menschen an ihrem Arbeitsplatz? Wie viel Freizeit bleibt den verschiedenen Personen? Wie viel Zeit nimmt die Kinderbetreuung in Anspruch?

Um auf diese und weitere Fragen fundierte Antworten geben zu können, ist es wichtig, dass möglichst viele verschiedene Menschen unser Tagebuch ausfüllen. Wir freuen uns und danken Ihnen, dass Sie sich bereit erklärt haben, dies zu versuchen. Durch Ihre Mitarbeit helfen Sie uns, Informationen über Tätigkeiten zu sammeln, deren Bedeutung im Alltag oft unterschätzt wird.

Ihre Angaben werden vertraulich behandelt.

Zum Schluss möchten wir Sie noch auf etwas ganz Wichtiges hinweisen: Selbstverständlich werden Ihre Angaben und Notizen im Fragebogen streng vertraulich behandelt. Sie brauchen weder Ihren Namen noch Ihre Anschrift mitzuteilen. Die Informationen werden zudem ausschließlich für wissenschaftliche Zwecke verwendet. Wir versichern Ihnen, dass die Bestimmungen des Datenschutzes in Deutschland sorgfältig und uneingeschränkt berücksichtigt werden.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Prof. Dr. Hans-Peter Blossfeld

Datum: Montag, .2005
 (Wochentag) (Tag) (Monat)

Bitte geben Sie hier den Tag und das Datum an, an dem Sie Tagebuch führen. Bitte sagen Sie uns, ob es sich um einen besonderen Tag (z. B. wegen Geburtstag, Krankheit, ...) handelt.

	Nacht			Vormittag								
	UHRZEIT:	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Schlafen, Ausruhen	1	[orange]			[orange]							1
Körperpflege, Anziehen	2		[orange]		[green]							2
Mahlzeiten einnehmen	3				[blue]							3
Abwaschen, Tisch decken	4											4
Kochen, Mahlzeiten vorbereiten	5											5
Putzen/Wohnung säubern/aufräumen	6											6
Wäsche in Ordnung halten/waschen/bügeln	7											7
Einkaufen von Lebensmitteln und alltäglichen Gebrauchsgegenständen	8											8
Erwerbstätigkeit – hauptberuflich	9											9
Erwerbstätigkeit – nebenberuflich	10					[red]	[red]	[red]	[red]	[red]	[red]	10
Wegzeiten zur Arbeit; Berufspendeln	11				[yellow]							11
Bildung / Weiterbildung	12											12
Versorgung von Kleinkindern (z.B.: Füttern, Wickeln, Baden, Stillen)	13											13
Spiel, Sport, Freizeit mit den Kindern	14											14
Begleitung der Kinder/Fahrdienste (z. B. zur Schule, zum Arzt, zu Veranstaltungen)	15											15
Hausaufgaben betreuen	16											16
Sonstige Tätigkeiten für das /mit dem Kind	17											17
Koordination/Abstimmung der Arbeiten mit den Familien-/Haushaltsmitgliedern	18											18
Freizeit zu Hause (z. B. Fernsehen, Lesen, Telefonieren, ...)	19											19
Freizeit außer Haus (z. B. Spazieren, Sport, Stadtbummel, Ausgehen, Kneipenbesuche)	20											20
Reisezeit, längere Fahrten	21											21
Reparaturen an Haus/Wohnung/Wagen; Kfz-Pflege; Garten, Heimwerken	22											22
Verwaltung, Behördengänge, usw.	23											23
Pflege von älteren oder kranken Personen im Haushalt	24											24
Hilfe für Personen außerhalb des Haushaltes (z. B. Nachbarschaftshilfe)	25											25
Ehrenamtliche Tätigkeiten	26											26
Sonstiges:	27											27
		4	5	6								
Gemeinsame Tätigkeit mit dem Partner?		[X]	[X]	[X]	[X]	[X]	[X]	[X]	[X]	[X]	[X]	

Sie schlafen bis 6:30 Uhr.

Sie sind eine Viertelstunde im Bad und ziehen sich an: von 6:30 bis 6:45 Uhr.

Sie frühstücken gemeinsam mit Ihrem Partner: von 6:45 bis 7:00 Uhr.

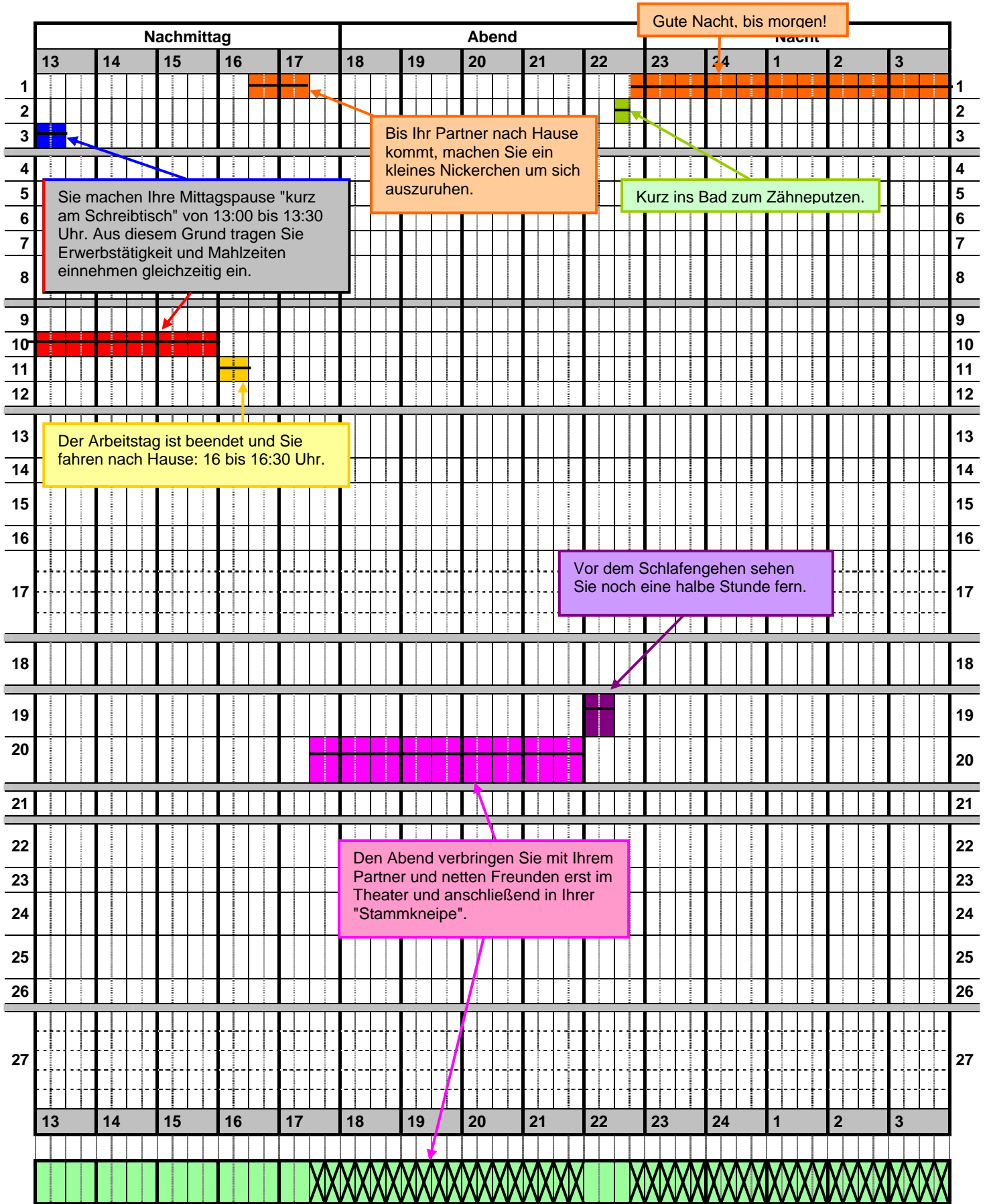
Sie fahren 30 Minuten zur Arbeit.

Von 7:30 Uhr bis 16:00 Uhr sind Sie auf der Arbeit.

In den farbigen Feldern haben wir Linien gezogen. So wird der Zeitraum der Tätigkeiten markiert. Strichanfang ist der Beginn, Strichende markiert das Ende der Tätigkeit. – Die farbigen Felder dienen nur der Verdeutlichung. Sie ziehen nur die Linien.

Sie und Ihr Partner haben die Nacht gemeinsam verbracht.

Da Sie mit Ihrem Partner gefrühstückt haben, machen Sie hier bitte ein Kreuz.



Der Beispieltag in aller Kürze

Bei unserem Beispieltag handelt es sich um einen Montag; das Datum haben wir offen gelassen.

Unsere Beispielperson hat bis 6:30 Uhr geschlafen. Nach einer kurzen Zeit im Bad (6:30 bis 6:45 Uhr) und nach einem kurzen Frühstück mit dem Partner bzw. der Partnerin hat sie sich auf den Weg zur Arbeit gemacht.

Dafür brauchte sie eine halbe Stunde. Von 7:30 bis 16:00 Uhr hat unsere Beispielperson gearbeitet. Ihre kurze Mittagspause hat sie am Schreibtisch verbracht – deshalb hat sie einen Strich bei "Erwerbstätigkeit" und gleichzeitig bei "Mahlzeiten" gemacht.

Nach der Arbeit ist sie wieder nach Hause gefahren, ebenfalls eine halbe Stunde. Zu Hause hat sich unsere Person eine Stunde lang ausgeruht bevor sie mit ihrem Partner bzw. ihrer Partnerin ins Theater und dann mit netten Freunden in ihre Stammkneipe gegangen ist.

Vor dem Schlafengehen hat sie noch eine halbe Stunde fern gesehen (22:00 bis 22:30 Uhr) und sich dann nach dem Zähneputzen ins Bett gelegt, um am nächsten Tag ausgeschlafen zu sein.

Ausfüllen des Tagebuches: Die wichtigsten Details in Kürze

1. Bitte schreiben Sie an jedem neuen Tag zuerst den **Wochentag und das Datum** des Tages in die dafür vorgesehenen Felder.
2. Falls es sich um einen **besonderen Tag** handeln sollte, z. B. Ihren Geburtstag oder einen Feiertag oder einen Tag, an dem Sie krank sind, dann tragen Sie das bitte in die dafür vorgesehene Zeile ein.
→ Für uns ist diese Information vor allem dann wichtig, wenn Sie einen Tag nicht "wie gewohnt" verbringen.
3. Ein **Kästchen** kennzeichnet eine **¼-Stunde**.
→ Das erste Kästchen einer Zeile bedeutet also die Zeit von 4 Uhr bis 4:15 Uhr; das zweite Kästchen dann die Zeit von 4:15 bis 4:30 Uhr.
4. Machen Sie bitte einen **Strich** quer durch das jeweilige Kästchen, um anzugeben, welche Tätigkeit Sie zu einer bestimmten Tageszeit ausführen.
5. Wenn Sie eine **Tätigkeit mit Ihrem Partner bzw. Ihrer Partnerin** zusammen ausführen, kreuzen Sie dies bitte in der untersten Zeile des Tagebuches an.
→ Die Zeile ist grün markiert.
6. Wenn Sie zu einer Zeit **mehrere Tätigkeiten gleichzeitig** ausführen, dann zeichnen Sie bitte für jede dieser Tätigkeiten den entsprechenden Zeitraum ein.
→ Wenn Sie z. B. von 12 bis 12:30 Uhr gerade Kochen und nebenbei abspülen, dann machen Sie zu dieser Zeit sowohl bei Kochen, als auch bei Abspülen einen Strich.
7. Natürlich kommt es vor, dass Tätigkeiten nicht immer genau eine ¼-Stunde dauern und sie werden auch nicht immer genau in die dafür vorgegebenen Zeiten passen. Bitte geben Sie in diesem Fall die Tätigkeiten in der Reihenfolge an, die Ihrem Tagesablauf am ehesten entspricht.

Datum: _____, _____ .200__ Besonderer Tag? _____
 (Wochentag) (Tag) (Monat) (Jahr)

		Nacht			Vormittag							
UHRZEIT:		4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Schlafen, Ausruhen	1											1
Körperpflege, Anziehen	2											2
Mahlzeiten einnehmen	3											3
Abwaschen, Tisch decken	4											4
Kochen, Mahlzeiten vorbereiten	5											5
Putzen/Wohnung säubern/aufräumen	6											6
Wäsche in Ordnung halten/waschen/bügeln	7											7
Einkaufen von Lebensmitteln und alltäglichen Gebrauchsgegenständen	8											8
Erwerbstätigkeit – hauptberuflich	9											9
Erwerbstätigkeit – nebenberuflich	10											10
Wegzeiten zur Arbeit; Berufspendeln	11											11
Bildung / Weiterbildung	12											12
Versorgung von Kleinkindern (z.B.: Füttern, Wickeln, Baden, Stillen)	13											13
Spiel, Sport, Freizeit mit den Kindern	14											14
Begleitung der Kinder/Fahrdienste (z. B. zur Schule, zum Arzt, zu Veranstaltungen)	15											15
Hausaufgaben betreuen	16											16
Sonstige Tätigkeiten für das /mit dem Kind	17											17

Koordination/Abstimmung der Arbeiten mit den Familien-/Haushaltsmitgliedern	18											18
Freizeit zu Hause (z. B. Fernsehen, Lesen, Telefonieren, ...)	19											19
Freizeit außer Haus (z. B. Spazieren, Sport, Stadtbummel, Ausgehen, Kneipenbesuche)	20											20
Reisezeit, längere Fahrten	21											21
Reparaturen an Haus/Wohnung/Wagen; Kfz-Pflege; Garten, Heimwerken	22											22
Verwaltung, Behördengänge, usw.	23											23
Pflege von älteren oder kranken Personen im Haushalt	24											24
Hilfe für Personen außerhalb des Haushaltes (z. B. Nachbarschaftshilfe)	25											25
Ehrenamtliche Tätigkeiten	26											26
Sonstiges:	27											27

		4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Gemeinsame Tätigkeit mit dem Partner?												

	Nachmittag					Abend						Nacht					
	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2		3	
1																	1
2																	2
3																	3
4																	4
5																	5
6																	6
7																	7
8																	8
9																	9
10																	10
11																	11
12																	12
13																	13
14																	14
15																	15
16																	16
17																	17
18																	18
19																	19
20																	20
21																	21
22																	22
23																	23
24																	24
25																	25
26																	26
27																	27



Erläuterungen zu den einzelnen Tätigkeiten

Hier haben wir noch ein paar Erläuterungen zu einigen Tätigkeiten des Fragebogens für Sie zusammengestellt. Sollten Sie dennoch Probleme haben, die eine oder andere Tätigkeit unterzubringen, geben Sie diese bitte in der Zeile "Sonstiges" an.

Zu 3: "Mahlzeiten einnehmen"

Dazu gehört z. B. das Frühstück, Mittagessen und Abendessen zu Hause, aber auch das Essen in der Mittagspause während Ihrer Arbeitszeit. Wenn Sie allerdings mit Ihrer Familie, Ihren Freunden oder Verwandten zum Essen in ein Restaurant gehen, markieren Sie diese Zeit bitte unter der Tätigkeit "Freizeit außer Haus" (Nummer 20).

Zu 8: "Einkaufen von Lebensmitteln und alltäglichen Gebrauchsgegenständen"

Bitte geben Sie hier nur die Zeit an, die Sie für das Einkaufen von alltäglich notwendigen Dingen benötigen, also z. B. Lebensmittel oder Hygieneartikel. Im Alltagssprachgebrauch wird oftmals auch ein Stadtbummel und das Betrachten von Schaufenstern als "Einkaufen" bezeichnet. Das ist hier ausdrücklich nicht gemeint. Bitte tragen Sie Stadtbummel oder ähnliches in die Zeile mit der Nummer 20 "Freizeit außer Haus" ein.

Zu 11: "Wegzeiten zur Arbeit; Berufspendeln"

Hier sind nur die Zeiten gemeint, die Sie zu Ihrem Arbeitsplatz und von Ihrem Arbeitsplatz nach Hause unterwegs sind, z. B. mit dem Auto, zu Fuß oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Wir möchten herausfinden, wie viel Zeit für das Pendeln zum Beruf und wieder nach Hause verwendet wird. Alle anderen Weg- und Fahrzeiten rechnen Sie bitte den jeweiligen Tätigkeiten zu oder nennen diese in Zeile 21 "Reisezeit". Bitte beachten Sie in diesem Zusammenhang auch die Anmerkung zu dieser Kategorie weiter unten.

Zu 15: "Begleitung der Kinder/Fahrdienste"

Bitte tragen Sie hier die Zeiten ein, in denen Sie Ihre Kinder irgendwo hin bringen, also z. B. in die Schule fahren oder zum Arzt bringen. Tragen Sie die Zeit hierfür bitte nicht in den anderen Zeilen ein, in denen es um Fahrzeiten geht und beachten Sie die Erläuterungen zu den Tätigkeiten 11 (oben) und 21 (weiter unten).

Zu 17: "Sonstige Tätigkeiten für das/mit dem Kind"

Wenn es Tätigkeiten geben sollte, die im Tagebuch nicht ausdrücklich genannt sind, oder wenn Sie es als wichtig erachten, dass eine Tätigkeit besonders hervorgehoben wird, dann geben Sie diese hier an. Es sollen hier allerdings nur Tätigkeiten genannt werden, die Sie mit Ihren Kindern zusammen oder für Ihre Kinder tun. Andere "sonstige Tätigkeiten" werden in Zeile 27 "Sonstiges" (siehe weiter unten) erfasst.

Zu 18: "Koordination/Abstimmung der Arbeiten"

Bitte geben Sie hier die Zeit an, die Sie damit verbringen, mit Ihrem Partner bzw. Ihrer Partnerin oder Ihren Kindern den Tag oder gemeinsame oder eigene Aktivitäten zu planen. Dazu zählt z. B. auch die Abstimmung, wer den Einkauf erledigt oder die Organisation von z. B. Fahrdiensten.

Zu 21: "Reisezeit, längere Fahrten"

Reisezeit oder Zeit für längere Fahrten geben Sie bitte dann an, wenn Sie z. B. in einer Fernbeziehung leben und am Wochenende zu Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin fahren. Oder auch wenn Sie z. B. an einem anderen Ort studieren und zu Ihren Eltern oder Freunden nach Hause fahren.

Sie sollen hier sogenannte Wegzeiten angeben, die viel Zeit in Anspruch nehmen, da Sie relativ weite Entfernungen zurücklegen müssen. Das gilt besonders dann, wenn diese Wegzeiten aufgrund Ihrer Lebensumstände eine besondere Bedeutung für Sie haben.

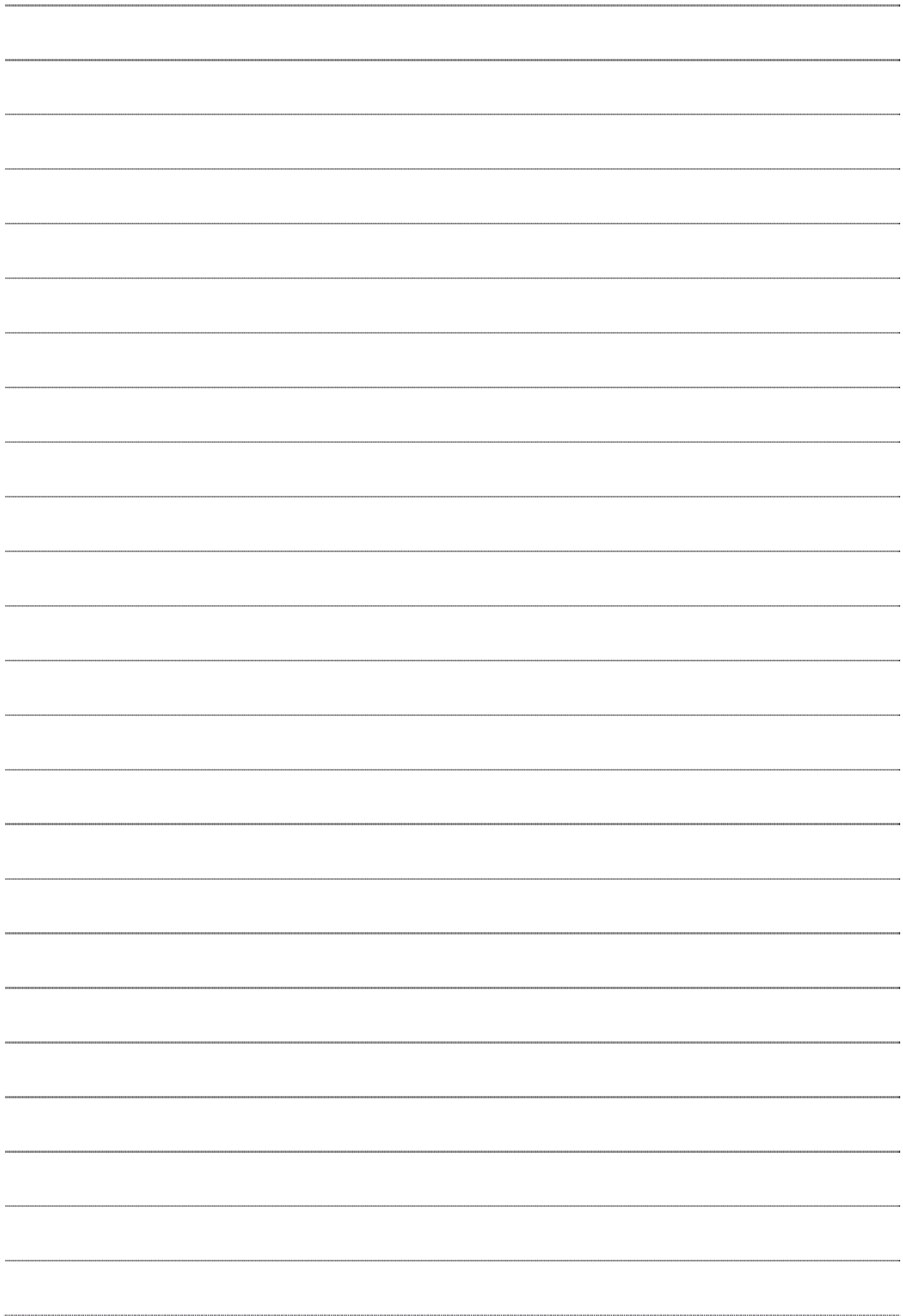
Bitte geben Sie hier dennoch nicht jede kurze Fahrt an, insbesondere dann, wenn Sie die Fahrt gedanklich mit der jeweiligen Tätigkeit verbinden (z. B. die Fahrt zum Einkaufen). Bitte beachten Sie in diesem Zusammenhang auch die Anmerkungen zu den Zeilen 11 und 15.

Zu 27: "Sonstiges"

Obwohl das vorliegende Tagebuch mit großer Sorgfalt entwickelt wurde, kann es vorkommen, dass wir einige Tätigkeiten, die für Sie persönlich wichtig sind, nicht berücksichtigt haben. Hierfür haben wir die Felder "Sonstiges" vorgesehen. Bitte machen Sie unbedingt Gebrauch von der Möglichkeit, uns mitzuteilen, was Sie über unsere Vorgaben hinaus als wichtig für Ihren Tagesablauf erachten. Tragen Sie in einem solchen Fall bitte die Zeit in eine der Zeilen mit der Nummer 27 ein und vermerken Sie um welche Tätigkeit es sich jeweils handelt.

Am Ende dieses Heftes finden Sie außerdem genügend Platz für Anregungen und Kritik zu unserem Tagebuch. Bitte schreiben Sie hier auf, wo Sie Probleme hatten und an welchen Stellen Ihnen das Ausfüllen des Tagebuches schwer gefallen ist. Bitte weisen Sie uns oder Ihren Interviewer bzw. Ihre Interviewerin unbedingt darauf hin, wenn Ihnen Dinge einfallen, die uns weiterhelfen könnten.

Herzlichen Dank für Ihre Teilnahme und Ihre Mithilfe!



***Wir bedanken uns ganz
herzlich für Ihre Mitarbeit!!!***