

REPORT

Nr. 87, August 2023

Das WSI ist ein Institut
der Hans-Böckler-Stiftung

MENTAL LOAD

Frauen tragen die überwiegende Last

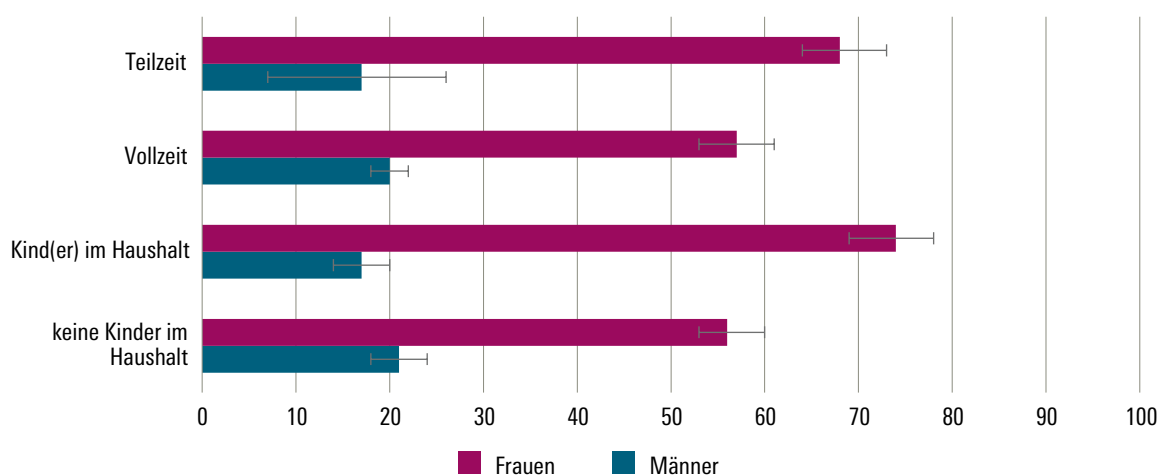
Yvonne Lott, Paula Bünger

Wie ist der Mental Load zwischen Frauen und Männern verteilt? Der Mental Load ist neben der Aufteilung von Kinderbetreuung, Hausarbeit und Pflege von Angehörigen eine zentrale Dimension partnerschaftlicher bzw. geschlechtsspezifischer Ungleichheit. Auf Basis der WSI-Erwerbspersonenbefragung zeigt der Report, dass Frauen bzw.

Mütter den größten Teil des Mental Loads tragen. Insbesondere, wenn Kinder im Haushalt leben bzw. Frauen in Teilzeit arbeiten, übernehmen sie die Hauptlast. Der Mental Load ist jedoch selbst dann ungleich zuungunsten von Frauen verteilt, wenn diese in Vollzeit beschäftigt sind.

Geschätzte Wahrscheinlichkeit, den überwiegenden Teil der kognitiven Arbeit im Haushalt zu leisten

Angaben in Prozent



INHALT

Einleitung	3
Verteilung von unbezahlter Arbeit: Im Wandel?	3
Ins Stocken geratener Wandel	4
Betriebliche Gründe für den ins Stocken geratenen Wandel	4
Verteilung von bezahlter und unbezahlter Arbeit: Status Quo.	5
Verteilung vom Mental Load: Forschungsstand	6
Motivation und Fragestellungen.	6
Empirische Strategie	7
Ergebnisse.	8
Fazit	10
Betriebliche Maßnahmen	11

AUTORINNEN



Dr. Yvonne Lott

Referat Geschlechterforschung
yvonne-lott@boeckler.de



Paula Bünger

Studentische Hilfskraft im Referat für Geschlechterforschung am WSI und
Studentin im Master Sozioökonomie an der Universität Duisburg-Essen
paula-buenger@boeckler.de

EINLEITUNG

„Unsichtbare Denkarbeit“, „Kümmerarbeit“ oder „cognitive labour“ – in der aktuellen öffentlichen nationalen und internationalen Debatte wird dem Thema „Mental Load“ zunehmend Beachtung geschenkt. Mental Load ist das Denken, Planen, Terminieren und Organisieren von notwendigen Alltagsaufgaben, sowie das Gefühl, sich darum kümmern bzw. dafür verantwortlich sein zu müssen und die emotionalen Folgen dieser Arbeit (Dean et al. 2021).

Mental Load umfasst kognitive Arbeit, etwa alltägliche Aufgaben wie das Erstellen von To-Do-Listen für den nächsten Einkauf, das Vereinbaren von Arzt- oder Verwaltungsterminen für die Familienmitglieder und die Erinnerung an diese Termine.

Kognitive Arbeit wird dann zum Mental Load, wenn sie emotionale Belastungen für die betreffende Person zur Folge hat (Dean et al. 2021). Mental Load erfahren etwa diejenigen, die sich um Arzttermine für ihre Familienmitglieder kümmern müssen und sich dadurch emotional belastet fühlen.

Wie aber ist der Mental Load zwischen Frauen und Männern verteilt? Und welche Rolle spielen Kinder und der Erwerbsumfang dabei? Diesen Fragen geht der vorliegende Report nach.

VERTEILUNG VON UNBEZAHLTER ARBEIT: IM WANDEL?

Die Covid-19 Pandemie könnte ein Gelegenheitsfenster für eine gleiche Verteilung von unbezahlter Arbeit, insbesondere Kinderbetreuung und Hausarbeit, in Partnerschaften geboten haben. In vielen Ländern hat die Schließung von Kindertagesstätten und Schulen während der Covid-19-Pandemie den Bedarf der Eltern an Kinderbetreuung erhöht. Infolgedessen investierten nicht nur Mütter, sondern auch Väter mehr Zeit in die Kinderbetreuung (Arntz et al. 2020; Chung et al. 2021; Hupkau und Petronolo 2020).

Befragungen von Vätern und Expert*innen (Burgess und Goldman 2021; LAG Väterarbeit 2020) im Frühjahr/Sommer 2020 kamen zu dem Schluss, dass die pandemiebedingten Veränderungen in der Aufteilung der Betreuungsarbeit aufgrund der positiven Erfahrungen mit aktiver Vaterschaft, die Väter während der Pandemie gemacht haben, langfristig ausgleichende Effekte haben könnten. Väter berichteten, dass sie ihre Kinder besser kennengelernt und ihre Anwesenheit genossen haben, dass sie neue Erfahrungen gemacht und gelernt haben, diese Veränderungen zu schätzen. Auch bestand unter Männern schon vor der Pandemie der Wunsch, mehr Zeit für die Familie zu haben und kürzer zu arbeiten (Abendroth und Pausch 2018).

Passend dazu hat sich in den letzten Jahren das Verständnis von Vaterschaft gewandelt, was sich in veränderten Einstellungen und Leitbildern der aktiven Vaterschaft ausdrückt (Oechsle und Reimer 2016). Sowohl die aktive Teilnahme am Familienalltag als auch ein erfülltes Berufsleben werden zunehmend als wichtiger Bestandteil der Lebensqualität von Männern angesehen, und die Vereinbarkeit von Beruf und Familie wird zu einem eigenständigen Lebensziel erklärt (Hobson 2014). Auch die Bilder von Mutterschaft haben sich gewandelt. So ist die Akzeptanz von erwerbstätigen Müttern in den vergangenen Jahren gestiegen (Grunow et al. 2018).

Jedoch haben sich die Geschlechterarrangements im Haushalt, vor allem die Verteilung von Kinderbetreuung, in den letzten Jahren kaum gewandelt. Die „Gender-Revolution“, also der Wandel der Verteilung von unbezahlter Arbeit, ist ins Stocken geraten (Dean et al. 2021).

INS STOCKEN GERATENER WANDEL

Der Anstieg der Frauenerwerbstätigkeit in den vergangenen Jahrzehnten ging nicht mit einer größeren Übernahme von unbezahlter Arbeit durch Männer einher. Dies zeigt sich in der relativ starken Persistenz traditioneller Geschlechterarrangements und traditioneller Geschlechterrollenbilder insbesondere in Westdeutschland (Lois 2020; Wanger 2020; Steinbach und Schulz 2022).

Frauen erbringen nach wie vor den größten Anteil an Haus- und Sorgearbeit – selbst wenn Männer etwa arbeitslos werden und eigentlich mehr Zeit für Kinderbetreuung oder Hausarbeit haben (van der Lippe et al. 2018). Sofern Väter Kinderbetreuung übernehmen, sind dies oftmals eher Freizeitaktivitäten, die Spaß machen und weniger mit Sorgearbeit im engeren Sinne verbunden sind, wie z. B. Eis essen oder in den Zoo gehen (Dean et al. 2021).

Empirische Belege für Veränderungen bei der Aufteilung der unbezahlten Arbeiten während der Pandemie zeigen zudem, dass das erhöhte Engagement von Männern bei der unbezahlten Arbeit nur von kurzer Dauer war (Hudde et al. 2021; Zucco und Lott 2021). Darüber hinaus übernahmen Frauen, die unter der starken Doppelbelastung litten (Hövermann und Kohlrausch 2022), zu jedem Zeitpunkt der Pandemie den größten Teil der Kinderbetreuung.

BETRIEBLICHE GRÜNDE FÜR DEN INS STOCKEN GERATENEN WANDEL

Die Forschung macht deutlich, dass Väter das kulturelle Leitbild einer aktiven Vaterschaft in ihrem Alltag oftmals nicht oder nur eingeschränkt leben können (Meuser 2009). In qualitativen Interviews mit berufstätigen Vätern von Kleinkindern in Deutschland fanden Oechsle und Reimer (2016) eine generelle Diskrepanz zwischen den Leitbildern der Befragten zur Vaterschaft und ihrer tatsächlichen Praxis.

Ein wesentlicher Grund für diese Diskrepanz ist in den Betrieben zu finden. Die Leitbilder und Lebensziele für eine aktive Vaterschaft stehen oft im Konflikt mit traditionellen Anforderungen und Erwartungen, die von Vorgesetzten oder Kolleg*innen vorgebracht werden (Leslie et al. 2012). Zwar haben die Politik und immer mehr Arbeitgeber auf den gesellschaftlichen Wandel mit Regelungen und Angeboten zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie reagiert (Alemann et al. 2017; Bernhardt et al. 2016), jedoch machen Väter aufgrund von traditionellen Rollenerwartungen unter Vorgesetzten nicht vollumfänglich Gebrauch von diesen Angeboten (Klenner und Lott 2016).

Es bestehen kulturelle Barrieren etwa bei der Inanspruchnahme von Elternzeit. Vorgesetzte wollen oftmals nicht, dass Männer überhaupt Elternzeit in Anspruch nehmen, erwarten, dass sie nur kurz in Elternzeit gehen oder drängen Väter, die Elternzeit so zu planen, dass die betrieblichen Abläufe wenig gestört werden (Klenner und Lott 2016; Lott und Klenner 2018). Für Großbritannien wurde festgestellt, dass pflegende Väter unter dem Spott und Misstrauen vonseiten der männlichen und weiblichen Arbeitskollegen leiden (Kelland et al. 2022).

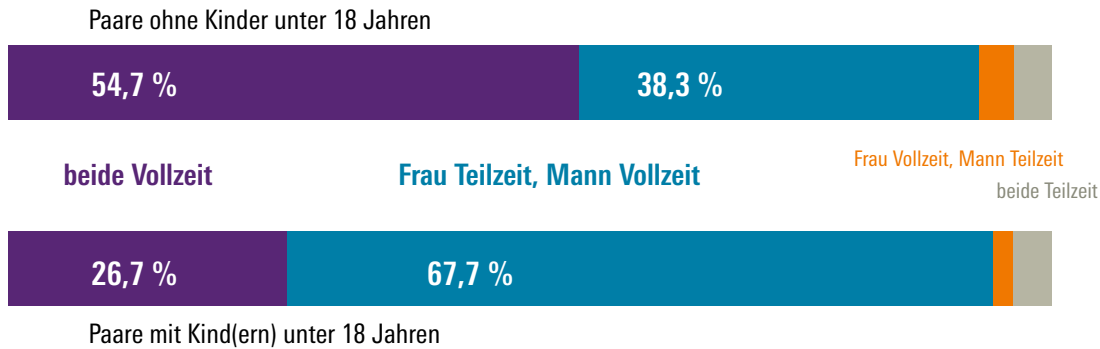
Auch an Frauen werden weiterhin traditionelle Anforderungen und Erwartungen gestellt. Auf der einen Seite ist die Erwerbstätigkeit von Müttern nicht nur akzeptierter als noch vor Jahren, sondern wird häufig sogar erwartet (Klenner und Lott 2016). Auf der anderen Seite werden Frauen trotz ihrer Erwerbstätigkeit nach wie vor als Hauptsorgeverantwortliche betrachtet, die für ihre Familie im Job kürzer treten (Lott und Klenner 2018; Bonnes 2022). Diese widersprüchlichen Rollenerwartungen können zu einer erheblichen Doppelbelastung führen. Frauen sollen erwerbstätig und gleichzeitig für die Familie vollumfänglich da sein (Lott und Klenner 2018). Mütter sollen nicht zu lange arbeiten, denn sie haben ja schließlich eine Familie. Wollen sie aber beruflich vorankommen, wird erwartet, dass sie nach der Elternzeit „richtig“ zurückkommen, d. h. in Vollzeit (Lott und Klenner 2018). Zwischen diesen widersprüchlichen Anforderungen werden Frauen oft zerrieben, vor allem, wenn sie sich beruflich weiterentwickeln wollen.

Leitbilder und Lebensziele stehen damit im Konflikt mit traditionellen Anforderungen der Arbeit im Betrieb (Klenner und Lott 2016). Aber auch sozialstaatliche Rahmenbedingungen wie das Ehegattensplitting, das eine traditionelle Verteilung der Erwerbsarbeit zwischen Ehepartner*innen finanziell begünstigt, setzen weiterhin Fehlanreize für eine ungleiche Verteilung von bezahlter und unbezahlter Arbeit in Partnerschaften.

VERTEILUNG VON BEZAHLTER UND UNBEZAHLTER ARBEIT: STATUS QUO

Abbildung 1

Vollzeit-/Teilzeit-Konstellationen in Zwei-Verdiener-Paarhaushalten in Deutschland (2019)



Quelle: Statistisches Bundesamt, Mikrozensus, Tabellen von Matthias Keller (Destatis), eigene Berechnungen



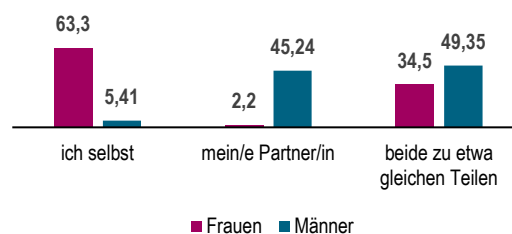
Die unbezahlte Arbeit in Partnerschaften ist nach wie vor sehr ungleich zuungunsten der Frauen verteilt. Zunächst einmal ist ein Blick auf die Verteilung von bezahlter Arbeit in Paaren mit und ohne Kinder lohnend. Abbildung 1 zeigt die Erwerbskonstellationen in Paaren mit und ohne Kinder anhand von Daten des Mikrozensus. In Partnerschaften mit einem Kind bzw. mit Kindern unter 18 Jahren, die im Haushalt leben, arbeitet der überwiegende Teil der Frauen in Teilzeit und der Mann in Vollzeit. Teilzeit umfasst Arbeitszeiten bis 32 Stunden. Diese Konstellation findet sich in fast 68 Prozent der Paare. Die Konstellationen, in denen der Mann in Teilzeit und die Frau in Vollzeit arbeitet bzw. beide in Teilzeit sind, sind mit deutlich unter zehn Prozent wenig verbreitet. Zum Vergleich: In über der Hälfte (knapp 55 Prozent) der Partnerschaften ohne Kinder unter 18 Jahren arbeiten beide Partner*innen in Vollzeit.

Abbildung 2 zeigt die paarinterne Aufteilung der Kinderbetreuung aus der Sicht von erwerbstätigen Frauen und Männern anhand der aktuellen Welle der WSI-Erwerbspersonenbefragung im Jahr 2022. 63 Prozent der erwerbstätigen Frauen geben an, dass sie selbst die Kinderbetreuung überwiegend übernehmen. Nur zwei Prozent der Frauen sehen ihren Partner als überwiegenden Sorgetragenden und etwas mehr als ein Drittel der Paare (knapp 34 Prozent) übernehmen nach Aussage der Frauen die Sorgearbeit fast zu gleichen Teilen. Auch Männer sehen sich selbst ebenfalls seltener als überwiegende Sorgetragende (fünf Prozent).

Allerdings liegen die Anteile einer egalitären Aufteilung der Kinderbetreuung und der Hauptbelastung der Frauen laut Männern fast gleichauf. 45 Prozent der Männer schätzen ein, dass ihre Partnerin die überwiegende Sorgetragende ist, und 49 Prozent der Männer geben an, dass sie die Kinderbetreuung in der Partnerschaft zu gleichen Teilen übernehmen. Männer nehmen also häufiger als Frauen eine egalitäre Verteilung der Kinderbetreuung wahr.

Abbildung 2

Wer übernimmt den überwiegenden Teil der Kinderbetreuung?
Angaben von Frauen, in Prozent



Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022, eigene Berechnungen, gewichtete Prozentangaben, 443 Frauen und 677 Männer



VERTEILUNG VOM MENTAL LOAD: FORSCHUNGSSTAND

Der Mental Load ist eine Folge der bestehenden Ungleichheiten in der Verteilung von unbezahlter Arbeit, allen voran Haus- und Sorgearbeit, zwischen Frauen und Männern (Dean et al. 2021).

Qualitative Studien zeigen, dass Frauen in heterosexuellen Partnerschaften oft einen höheren Mental Load haben als Männer, d. h. sie übernehmen häufig kognitive Arbeit wie das Management von Alltagsaufgaben und die Organisation der Familie bzw. des Haushalts (Dean et al. 2021; Daminger 2019; Luthra und Haux 2022; Robertson et al. 2019) und fühlen sich dadurch emotional belastet (Dean et al. 2021).

Die ungleiche Verteilung der kognitiven Arbeit besteht laut qualitativer Datenanalyse unabhängig vom Erwerbsumfang von Frauen und ihrer Partner (Robertson et al. 2019). Das heißt, selbst wenn sie in Vollzeit arbeiten, übernehmen Frauen den überwiegenden Teil der kognitiven Arbeit.

Quantitative Daten einer Stichprobe von 393 verheirateten bzw. verpartnerten Müttern in den USA bestätigen die Ergebnisse der qualitativen Studien (Ciciolla und Luthar 2019; Luthra und Haux 2022). Auch für Deutschland wurde im Rahmen der quantitativen Vermächtnisstudie 2023 die ungleiche Verteilung des Mental Loads zwischen Frauen und Männern gefunden (DIE ZEIT/infas/WZB 2023).

Der Mental Load hat negative Konsequenzen für die betreffenden Personen. Eine ungleiche Verteilung des Mental Load kann zu einer verstärkten geschlechtsspezifischen Arbeitsteilung und der Einschränkung der Freizeit, psychischen Gesundheit und Partnerschaftszufriedenheit von Frauen führen (Luthra und Haux 2022; Ciciolla und Luthar 2019).

MOTIVATION UND FRAGESTELLUNGEN

Die wenigen, vor allem qualitativen Studien (Damingler 2019; Robertson et al. 2019; Luthra und Haux 2022) und die zuvor erwähnten quantitativen Studien (Ciciolla und Luthar 2019) zeigen, dass der Mental Load eine zentrale Dimension partnerschaftlicher bzw. geschlechtsspezifischer Ungleichheit ist. Um Geschlechterungleichheit vollumfänglich zu erfassen, ist es daher notwendig, die partnerschaftliche Verteilung vom Mental Load systematisch zu messen (Damingler 2019; Dean et al. 2021, 2021).

Dean et al. (2021) fordern daher die Aufnahme einer Standardbatterie in Surveys, die sowohl die Verteilung der kognitiven Arbeit im Haushalt als auch die emotionale Belastung, die sich daraus ergibt, misst. Wir folgen dieser Forderung und haben in Anlehnung an Dean et al. (2021) zwei Surveyfragen zur Erfassung des Mental Loads entwickelt und in die neunte Welle der WSI-Erwerbspersonenbefragung aufgenommen.

In dem vorliegenden Report fragen wir nach der Verteilung des Mental Loads, d.h. der kognitiven Arbeit einerseits und der emotionalen Belastung andererseits. Wie ist der Mental Load zwischen Frauen und Männern verteilt? Wir fragen auch nach der Rolle von Kindern und des Erwerbsumfangs (Vollzeit/Teilzeit) für diese Verteilung. Variiert die Verteilung des Mental Loads zwischen Frauen und Männern nach Kindern im Haushalt bzw. Erwerbsumfang?

Die Vermächtnisstudie (DIE ZEIT/infas/WZB 2023) untersucht zwar die Verteilung des Mental Loads zwischen Frauen und Männern mit und ohne Kinder, jedoch lässt sie die Rolle des Erwerbsumfangs für diese Verteilung außer Acht. Bestätigt sich auf Basis von quantitativen Daten für Deutschland der Befund, dass die Verteilung vom Mental Load unabhängig davon besteht, ob Frauen bzw. Männer in Voll- oder Teilzeit arbeiten?

EMPIRISCHE STRATEGIE

Ein erster Schritt, um die oben beschriebene Forschungslücke zu schließen, ist die Aufnahme von zwei Surveyfragen in die neunte Welle der WSI-Erwerbspersonenbefragung, die im November 2022 ins Feld gegangen ist. Rund 4.500 Personen hatten an der Befragung teilgenommen.

Sample

Das Sample für die Analysen der Verteilung der kognitiven Arbeit umfasst 2.255 Personen, davon 1.047 Frauen bzw. 341 Mütter und 1.208 Männer bzw. 463 Väter. Das Sample umfasst nur Erwerbstätige bis einschließlich 65 Jahre, die mit ihrem Partner bzw. ihrer Partnerin im gleichen Haushalt leben. Nur diejenigen haben die Frage, inwiefern sie die kognitive Arbeit belastet, vorgelegt bekommen, die auf die Frage zur kognitiven Arbeit (3) beide zu etwa gleichen Teilen, (4) überwiegend ich und (5) (fast) vollständig ich geantwortet haben. Daher ist das Sample für die emotionale Belastung etwas kleiner (2.020 Personen, davon 1.004 Frauen bzw. 326 Mütter und 1.016 Männer bzw. 360 Väter).

Instrumente

In Anlehnung an Dean et al. (2021) bestehen Geschlechterungleichheiten beim Mental Load, wenn eine Person den überwiegenden oder fast vollständigen Teil der kognitiven Arbeit im Haushalt übernimmt und sich dadurch belasteter fühlt als die

andere Person, die weniger kognitive Arbeit übernimmt. Mental Load wurde daher anhand von zwei Surveyfragen zur kognitiven Arbeit bzw. emotionalen Belastung gemessen:

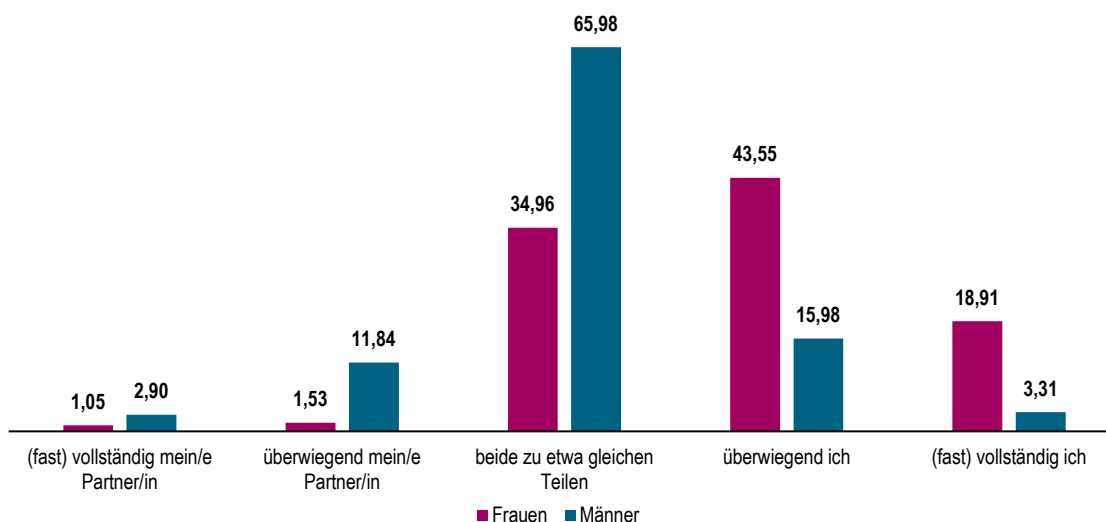
Kognitive Arbeit: „Wer plant, organisiert und denkt in Ihrem Haushalt an notwendige Alltagsaufgaben? (z. B. To-Do-Listen erstellen, Termine vereinbaren, an Termine denken)?“ Mögliche Antwortkategorien waren (1) (fast) vollständig mein*e Partner*in, (2) überwiegend mein*e Partner*in, (3) beide zu etwa gleichen Teilen, (4) überwiegend ich und (5) (fast) vollständig ich.

Um mögliche Geschlechterungleichheiten zu erfassen, ist die Information relevant, wer den überwiegenden oder fast vollständigen Teil der kognitiven Arbeit im Haushalt übernimmt. Die Variable zur Verteilung der kognitiven Arbeit wurde daher dichotomisiert (0 = vollständig mein*e Partner*in, überwiegend mein*e Partner*in, beide zu etwa gleichen Teilen und 1 = überwiegend ich, (fast) vollständig ich). Dies ist insbesondere in Hinblick darauf relevant, dass Männer bei der kognitiven Arbeit ebenso wie bei der Kinderbetreuung sehr viel häufiger als Frauen angeben, die Arbeit gleich aufzuteilen (Abbildung 3).

Emotionale Belastung: „Wie sehr belasten Sie diese Aufgaben?“ Die Befragten konnten zwischen (1) überhaupt nicht bis (7) äußerst stark antworten.

Abbildung 3

Wer plant, organisiert und denkt in Ihrem Haushalt an notwendige Alltagsaufgaben? Angabe von Frauen und Männern in Prozent



Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022, eigene Berechnungen, gewichtete Prozentangaben, 1.208 Männer und 1.047 Frauen

Methode

Logistische bzw. lineare Regressionsmodelle wurden unter Kontrolle von den Merkmalen Alter, Schulbildung und Migrationshintergrund für die Verteilung der kognitiven Arbeit zum einen und der emotionalen Belastung der kognitiven Arbeit zum anderen geschätzt. Die Regressionsmodelle wurden auf Basis des gesamten Samples geschätzt und jeweils Unterschiede zwischen Frauen und Männern anhand von Geschlecht als erklärende Variable ermittelt.

Interaktionseffekte zwischen Geschlecht und Kinder im Haushalt bzw. Geschlecht und Teilzeit (wobei hier Teilzeit als vertraglich geregelte Arbeitsstunden unter 32 Stunden die Woche festgelegt wurde) wurden getrennt in die Regressionsmodelle aufgenommen, um mögliche Variationen

der Geschlechtereffekte auf kognitive Arbeit bzw. emotionale Belastung nach Kindern und Erwerbsumfang zu analysieren.

Die Ergebnisse der Regressionsmodelle wurden als vorhergesagte Wahrscheinlichkeiten bzw. Werte auf Basis der marginalen Effekte grafisch dargestellt. Tabelle A1 im Appendix zeigt einen Überblick über alle in den Analysen verwendeten Variablen. Die vorhergesagten Wahrscheinlichkeiten bzw. Werte werden in den Tabellen A3.1 bis A3.3 und A5.1 bis A5.3 im Appendix dargestellt. Die vollständigen Regressionsmodelle finden sich in den Tabellen A2 und A4 im Appendix.

ERGEBNISSE

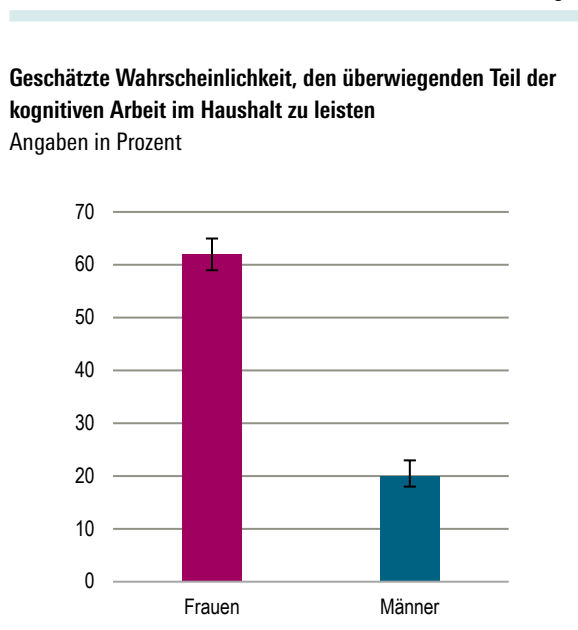
Frauen geben mit größerer Wahrscheinlichkeit an, den überwiegenden Teil der kognitiven Arbeit im Haushalt zu übernehmen als Männer (Abbildung 4). Die geschätzte Wahrscheinlichkeit, die notwendigen Alltagsaufgaben im Haushalt zu planen, organisieren und an sie zu denken, liegt für Frauen bei 62 Prozent, für Männer lediglich bei 20 Prozent.

Auch die gefühlte Belastung durch kognitive Arbeit ist für Frauen und Männer unterschiedlich (Abbildung 5). Frauen geben eine höhere Belastung durch kognitive Arbeit an als Männer.

Auf der Siebener Skala haben Frauen einen geschätzten Wert von 3,3 gegenüber 2,8 bei den Männern. Der deutlich höhere Anteil, den Frauen bei der kognitiven Arbeit übernehmen, spiegelt sich damit in einem höheren Belastungsempfinden wider.

Abbildung 6 zeigt die geschätzten Wahrscheinlichkeiten für Frauen und Männer nach Erwerbsumfang und Kindern im Haushalt, den überwiegenden Teil der kognitiven Arbeit im Haushalt zu leisten.

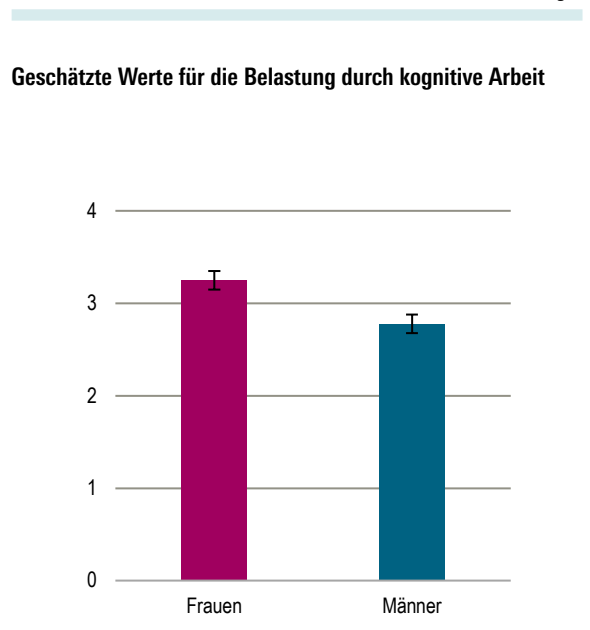
Abbildung 4



Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022, eigene Berechnungen, gewichtete Prozentangaben, 1.208 Männer und 1.047 Frauen



Abbildung 5

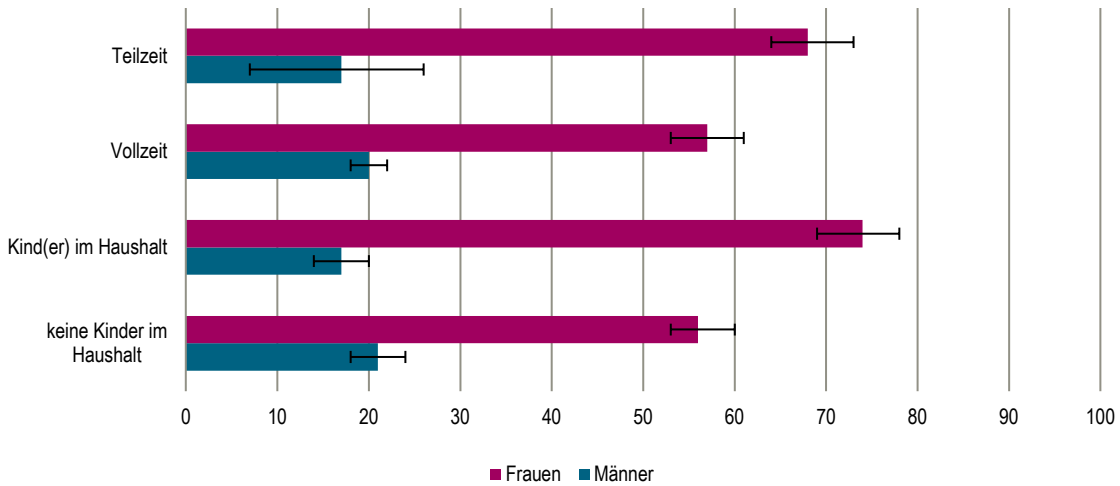


Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022, eigene Berechnungen, gewichtete Prozentangaben, 1.016 Männer und 1.004 Frauen



Abbildung 6

Geschätzte Wahrscheinlichkeit, den überwiegenden Teil der kognitiven Arbeit im Haushalt zu leisten
Angaben in Prozent

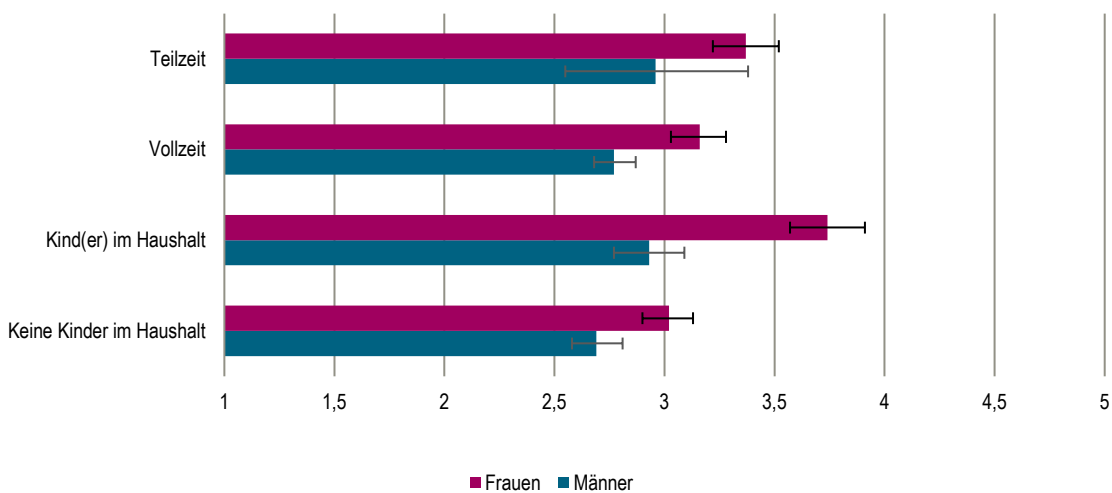


Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022, eigene Berechnungen, gewichtete Prozentangaben, 1.208 Männer und 1.047 Frauen



Abbildung 7

Geschätzte Werte für die Belastung durch kognitive Arbeit



Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022, eigene Berechnungen, gewichtete Prozentangaben, 1.016 Männer und 1.004 Frauen



Die Ergebnisse variieren für Männer nicht. Ob Männer in Haushalten mit oder ohne Kinder leben bzw. in Vollzeit oder Teilzeit arbeiten, ihr Anteil an kognitiver Arbeit ist nach ihren Angaben stets gleich. Zwar ist die geschätzte Wahrscheinlichkeit für Männer in Teilzeit geringer als für Männer in Vollzeit und für Männer mit Kind(ern) geringer als für Männer ohne Kinder, aber die Unterschiede sind nicht statistisch signifikant. Da nur wenige Männer in Teilzeit arbeiten, ist das Ergebnis für Teilzeit mit großer Unsicherheit behaftet und nicht aussagekräftig.

Frauen geben mit einer höheren Wahrscheinlichkeit an, den überwiegenden Teil der kognitiven Arbeit zu leisten, wenn Kinder im Haushalt leben und wenn sie in Teilzeit arbeiten. Die geschätzte Wahrscheinlichkeit liegt für Frauen mit Kindern bei 74 Prozent, für Frauen ohne Kinder bei 56 Prozent. Arbeiten Frauen in Teilzeit, haben sie eine Wahrscheinlichkeit von 68 Prozent, den überwiegenden Teil der kognitiven Arbeit zu leisten. In Vollzeit liegt die geschätzte Wahrscheinlichkeit bei 57 Prozent.

Ob in Teilzeit oder Vollzeit gearbeitet wird, macht vor allem für Männer keinen Unterschied in ihrem Belastungsgefühl, während der Unterschied bei Frauen schwach signifikant ist. Frauen in Teilzeit fühlen sich durch kognitive Arbeit eher belastet als Frauen in Vollzeit (3,37 vs. 3,16).

Leben Kinder im Haushalt, fühlen sich Männer etwas stärker belastet, als wenn keine Kinder im Haushalt leben. Dieser Unterschied ist aber deutlich geringer als bei Frauen mit und ohne Kinder und auch nur statistisch schwach signifikant (geschätzter Wert von 2,7 für Männer ohne Kinder im Haushalt und 2,9 für Männer mit Kind(ern) im Haushalt). Bei Frauen ist nicht nur das Belastungsgefühl insgesamt signifikant höher als bei Männern, sondern auch der Unterschied zwischen Frauen ohne Kinder (geschätzter Wert von 3) und Frauen mit Kindern (3,7) im Haushalt ist deutlich größer und statistisch stark signifikant. Insbesondere Frauen mit Kindern im Haushalt fühlen sich also durch kognitive Arbeit belastet.

FAZIT

Der Mental Load ist eine zentrale Dimension partnerschaftlicher bzw. geschlechtsspezifischer Ungleichheit. Der vorliegende Report hat anhand quantitativer Daten gezeigt, wie sich der Mental Load zwischen Männern und Frauen in Haushalten mit und ohne Kinder und mit Vollzeit- bzw. Teilzeiterwerbstätigkeit verteilt. Damit wurde ein wichtiger Schritt unternommen, die bestehende Forschungslücke zu schließen.

Frauen übernehmen überwiegend Mental Load

Frauen übernehmen den überwiegenden Anteil an kognitiver Arbeit in Haushalten. Dazu zählen notwendige Alltagsaufgaben wie beispielsweise To-Do-Listen erstellen, Termine vereinbaren und an Termine denken – sprich die Organisation rund um Haushalt und Familie.

Darüber hinaus fühlen sich Frauen durch diese Tätigkeiten stärker belastet als Männer. Der Mental Load, also die kognitive Arbeit und die emotionalen Folgen dieser Arbeit sind in Deutschland damit ungleich zuungunsten von Frauen verteilt.

Besonders hoch ist der Mental Load von Frauen, wenn Kinder im Haushalt leben. Dieses Ergebnis liegt nahe, da Kinder mehr kognitive Arbeit bereiten. An Arzttermine für Kinder muss gedacht, Kindergeburtstage müssen organisiert und Freizeitaktivitäten geplant werden.

Mental Load bei Frauen in Vollzeit und Teilzeit hoch

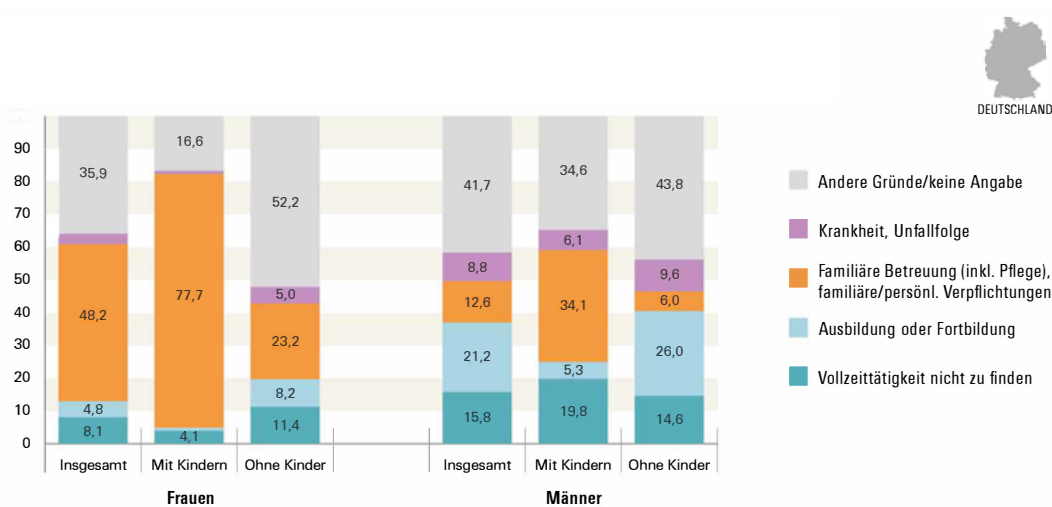
Bei teilzeitbeschäftigten Frauen ist der Anteil kognitiver Arbeit etwas höher als bei vollzeitbeschäftigten Frauen – was ebenfalls naheliegt, denn Frauen verkürzen ihre Arbeitszeit in der Regel aus Vereinbarkeitsgründen (Abbildung 8), was mit einem Mehr an unbezahlter Arbeit, darunter auch kognitiver Arbeit, verbunden ist.

Aber selbst, wenn Frauen in Vollzeit arbeiten, tragen sie die Hauptlast der kognitiven Arbeit. Dies korrespondiert mit Studien, die zeigen, dass Frauen den Löwenanteil der unbezahlten Arbeit im Haushalt übernehmen – ungeachtet ihres Erwerbsumfangs (van der Lippe 2010).

Beachtenswert ist zudem, dass sich Frauen in Teilzeit ebenso wie Frauen in Vollzeit durch kognitive Arbeit belastet fühlen, sie also unabhängig vom Erwerbsumfang Mental Load erfahren. Es scheint also nicht so zu sein, dass Frauen durch kürzere Arbeitszeiten mehr mentale Entlastung im Alltag erfahren und mit mehr Entspannung oder Energie kognitive Arbeit erledigen. Im Gegenteil: Ihre emotionale Belastung durch kognitive Arbeit ist in Teilzeit etwas höher als in Vollzeit.

Gründe für Teilzeittätigkeit aktiv erwerbstätiger Frauen und Männer mit bzw. ohne Kinder in Deutschland (2019)

Angaben in Prozent



Quelle: Statistisches Bundesamt, Mikrozensus, Tabellen von Matthias Keller (Destatis), eigene Berechnungen



BETRIEBLICHE MASSNAHMEN

Da der Mental Load eine Fortsetzung der bestehenden, ungleichen Verteilung von Haus- und Sorgearbeit zwischen Frauen und Männern ist, sind Maßnahmen geboten, die auf den Abbau traditioneller Geschlechterarrangements und die Förderung einer partnerschaftlichen Arbeitsteilung abzielen.

Ein wesentlicher Grund für den ins Stocken geratenen Wandel der Geschlechterarrangements ist auf der betrieblichen Ebene zu finden. Traditionelle Rollenbilder und -erwartungen aufseiten von Vorgesetzten und Kolleg*innen, die Väter in der Erfüllung ihrer aktiven Vaterschaftsrolle ausbremsen und Müttern die Hauptsorgeverantwortung zuschreiben, müssen durch progressive Rollenbilder ersetzt werden, bei denen Väter selbstverständlich vollumfänglich Sorgearbeit leisten und Mütter nicht zwangsläufig die Hauptsorgetragenden sind. Führungskräftebildungen können eine Maßnahme sein, die zum Wandel der Betriebskultur beiträgt.

Darüber hinaus müssen Väter aktiv auf die betrieblichen und gesetzlichen Angebote zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf angesprochen und bei deren Inanspruchnahme unterstützt werden. Vorgesetzte bzw. Personalverantwortliche können Väter aktiv ermuntern, längere Elternzeiten oder Teilzeit in Elternzeit zu nutzen.

Kürzere Arbeitszeiten als Standard für Frauen und Männer, insbesondere wenn sie Eltern sind, können ebenfalls eine partnerschaftliche Arbeitsteilung fördern. Kürzere Arbeitszeiten als Arbeitszeitstandard schwächen zudem die bestehende Stigmatisierung von Teilzeitbeschäftigten (Lott und Klenner 2018) und damit in der Regel von Frauen und können so zu Geschlechtergleichheit auf dem Arbeitsmarkt beitragen.

- Abendroth, A.-K./Pausch, S. (2018):** German Fathers and their Preferences for Shorter Working Hours for Family Reasons, in: *Community, Work and Family* 21 (4), S. 463–481, DOI: 10.1080/13668803.2017.1356805
- van Alemann, A./Beaufays, S./Kortendiek, B. (Hrsg.) (2017):** Alte neue Ungleichheiten? Auflösungen und Neukonfigurationen von Erwerbs- und Familiensphäre, Op-laden, <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-58509-3>
- Arntz, M./Ben Yahmed, S./Berlingieri, F. (2020):** Working from Home and COVID-19: The Chances and Risks for Gender Gaps, in: *Intereconomics* 55 (6), S. 381–386
- Bernhardt, J./Hipp, L./Allmendinger, J. (2016):** Warum nicht fifty-fifty? Betriebliche Rahmenbedingungen der Aufteilung von Erwerbs- und Fürsorgearbeit in Paarfamilien (Why not Fifty-fifty? Operational Framework Conditions for the Division of Gainful Employment and Care Work in Couple Families). Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung: WZB Discussion Paper SP I 2016–501, Oktober 2016, Berlin
- Bonnes, S. (2022):** Femininity Anchors: Heterosexual Relationships and Pregnancy as Sites of Harassment for U. S. Servicewomen, in: *American Sociology Review* 87 (4), S. 618–643, DOI: 10.1177/00031224221110535
- Burgess, A./Goldman, R. (2021):** Lockdown Fathers: The Untold Story (Full Report), Fatherhood Institute, London (Contemporary Fathers in the UK Series)
- Chung, H./Birkett, H./Forbes, S./Seo, H. (2021):** Covid-19, Flexible Working, and Implications for Gender Equality in the United Kingdom, in: *Gender and Society* 35 (2), S. 218–232
- Ciciolla, L./Luthar, S. (2019):** Invisible Household Labor and Ramifications for Adjustment: Mothers as Captains of Households, in: *Sex Roles* 81 (7), S. 467–486, DOI: 10.1007/s11199-018-1001-x
- Daminger, A. (2019):** The Cognitive Dimension of Household Labor, in: *American Sociological Review* 84 (4), S. 609–633
- Dean, L./Churchill, B./Ruppanner, L. (2021):** The Mental Load: Building a Deeper Theoretical Understanding of How Cognitive and Emotional Labor Overload Women and Mothers, in: *Community, Work and Family* 25 (1), S. 13–29, DOI: 10.1080/13668803.2021.2002813
- DIE ZEIT/infas/WZB (2023):** Ergebnisse aus der Vermächtnisstudie 2023, https://www.zeit-verlagsgruppe.de/wp-content/uploads/2023/05/Ergebnisse-aus-der-Vermaechtnisstudie-2023_Presse_Langversion-1.pdf
- Grunow, D./Begall, K./Buchler, S. (2018):** Gender Ideologies in Europe: A Multidimensional Framework, in: *Journal of Marriage and Family* 80 (1), S. 42–60, DOI: 10.1111/jomf.12453
- Hobson, B. (2014):** Introduction: Capabilities and Agency for Worklife Balance – A multidimensional Framework, in: Hobson, B. (Hrsg.): *Worklife Balance: The Agency and Capabilities Gap*, Oxford, S. 1–31
- Hövermann, A./Kohlrausch, B. (2022):** Der Vertrauensverlust der Mütter in der Pandemie. Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliches Institut der Hans-Böckler-Stiftung: WSI Report Nr. 73, März 2022, Düsseldorf
- Hudde, A./Hank, K./Jacobs, M. (2021):** Gender Role Attitudes Cannot Explain How British Couples Responded to Increased Housework Demands during the COVID-19 Pandemic, <https://osf.io/wz86q/> (letzter Zugriff: 18.10.2021)
- Hupkau, C./Petrongolo, B. (2020):** Work, Care and Gender during the COVID-19 Crisis, in: *Fiscal Studies* 41 (3), S. 623–651
- Kelland, J./Lewis, D./Fisher, V. (2022):** Viewed with Suspicion, Considered Idle and Mocked-working Caregiving Fathers and Fatherhood Forfeits, in: *Gender, Work and Organization* 29 (5), S. 1578–1593
- Klenner, C./Lott, Y. (2016):** Arbeitszeitsoptionen im Lebensverlauf. Bedingungen und Barrieren ihrer Nutzung im Betrieb. Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliches Institut der Hans-Böckler-Stiftung: WSI Study Nr. 004, August 2016, Düsseldorf
- LAG Väterarbeit (2020):** Auswertung der Online Befragung #CoronaVäter (Evaluation of the Online Survey #CoronaFathers), Landesarbeitsgemeinschaft Väter NRW, Düsseldorf, <https://www.lag-vaeterarbeit.nrw/wp-content/uploads/2020/06/Umfrage-LAG-CoronaVaeter-Ergebnisse-Stand-Juni-2020.pdf>
- Leslie, L. M./Park, T.-Y./Mehng, S. A. (2012):** Flexible Work Practices: A Source of Career Premiums or Penalties?, in: *The Academy of Management Journal* 55 (6), S. 1407–1428
- van der Lippe, T. (2010):** Women’s Employment and Housework, in: Treas, J./Drobnic, S. (Hrsg.): *Dividing the Domestic. Men, Women, and Household Work in Cross-National Perspective*, Stanford, S. 41–58
- van der Lippe, T./Treas, J./Norbutas, L. (2018):** Unemployment and the Division of Housework in Europe, in: *Work, Employment and Society* 32 (4), S. 650–669
- Lois, D. (2020):** Gender Role Attitudes in Germany, 1982–2016: An Age-Period-Cohort (APC) Analysis, in: *CPoS* 45 (0), DOI: 10.12765/CPoS-2020-02
- Lott, Y./Klenner, C. (2018):** Are the Ideal Worker and Ideal Parent Norms About to Change? The Acceptance of Part-time and Parental Leave at German Workplaces, in: *Community, Work and Family* 21 (5), S. 564–580, DOI: 10.1080/13668803.2018.1526775
- Luthra, R./Haux, T. (2022):** The Mental Load in Separated Families, in: *Journal of Family Research* 34 (2), S. 669–696
- Oechsle, M./Reimer, T. (2016):** Väter zwischen Beruf und Familie (Fathers between Work and Family), in: *Österreichische Zeitschrift Für Soziologie* 41 (S1), S. 213–237, DOI: 10.1007/s11614-016-0215-9
- Robertson, L. G./Anderson, T. L./Lewis Hall, M. E./Lee Kim, C. (2019):** Mothers and Mental Labor: A Phenomenological Focus Group Study of Family-related Thinking Work, in: *Psychology of Women Quarterly* 43 (2), S. 184–200
- Steinbach, A./Schulz, F. (2022):** Stability and Change in German Parents’ Childcare Patterns Across Two Decades, in: *Social Politics* 29 (2), S. 428–445, DOI: 10.1093/sp/jxab017
- Wanger, S. (2020):** Entwicklung von Erwerbstätigkeit, Arbeitszeit und Arbeitsvolumen nach Geschlecht: Ergebnisse der IAB-Arbeitszeitrechnung nach Alter und Geschlecht (AZR AG) für die Jahre 1991–2019. Institut für Arbeits- und Berufsforschung: IAB-Forschungsbericht 16/2020, Nürnberg
- Zucco, A./Lott, Y. (2021):** Stand der Gleichstellung. Ein Jahr mit Corona (State of Equality. A Year with Corona). Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliches Institut der Hans-Böckler-Stiftung: WSI Report Nr. 64, März 2021, Düsseldorf

Deskriptive Statistik

Variable	Mittelwert	Standardabweichung	Minimum	Maximum
(Fast) überwiegende Teil der kognitiven Arbeit	0,39		0	1
Emotionale Belastung durch kognitive Arbeit	3,01	1,59	1	7
Geschlecht	0,46		0	1
Kind(er) im Haushalt	0,36		0	1
Teilzeit	0,22		0	1
Alter	45,85	11,09	21	65
Schulbildung				
Haupt- oder Volksschulabschluss	0,19		0	1
Mittlere Reife				
Abitur, Fachhochschulreife	0,37		0	1
	0,45		0	1
Migrationshintergrund	0,10		0	1

Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022, 2.225 Beobachtungen (2.020 Beobachtungen für Belastung durch kognitive Arbeit)

Regressionsergebnisse durch kognitive Arbeit

	(1) Model 1	(2) Model 2	(3) Model 3
Männer	ref	ref	ref
Frauen	1,907*** (19,52)	1,568*** (13,15)	1,702*** (15,21)
Alter	-0,0135** (-3,00)	-0,00997* (-2,16)	-0,0160*** (-3,51)
Haupt- oder Volksschulabschluss	ref	ref	ref
Mittlere Reife	0,413** (2,88)	0,415** (2,88)	0,426** (2,94)
Abitur, Fachhoch- schulreife	0,434** (3,04)	0,441** (3,08)	0,468** (3,24)
kein Migrations- hintergrund	ref	ref	ref
Migrationshintergrund	0,0585 (0,36)	0,0440 (0,26)	0,0343 (0,21)
keine Kinder im Haushalt		ref	
Kind(er) im Haushalt		-0,287 (-1,85)	
Männer ohne Kinder		ref	
Männer mit Kind(ern)		ref	
Frauen ohne Kinder		ref	
Frauen mit Kind(ern)		1,069*** (5,03)	
Vollzeit			ref
Teilzeit			-0,229 (-0,62)
Männer, Vollzeit			ref
Männer, Teilzeit			ref
Frauen, Vollzeit			ref
Frauen, Teilzeit			0,719 (1,83)
Konstante	-1,154*** (-4,42)	-1,210*** (-4,32)	-1,048*** (-3,98)
N	2.255	2.255	2.255

t-Statistiken in Klammern

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022, 1.208 Männer und 1.047 Frauen

Tabelle A3.1

**Geschätzte Wahrscheinlichkeit,
überwiegend kognitive Arbeit zu leisten**

	Margins
Männer	0,20*** [0,17; 0,22]
Frauen	0,62*** [0,59; 0,65]
N	2.255

95 % Konfidenzintervalle in Klammern
* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022,
1.208 Männer und 1.047 Frauen



Tabelle A3.2

**Geschätzte Wahrscheinlichkeit,
überwiegend kognitive Arbeit zu leisten**

	Margins
Männer, Vollzeit	0,20*** [0,18; 0,22]
Männer, Teilzeit	0,17*** [0,07; 0,26]
Frauen, Vollzeit	0,57*** [0,53; 0,61]
Frauen, Teilzeit	0,68*** [0,64; 0,73]
N	2.255

95 % Konfidenzintervalle in Klammern
* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022,
1.208 Männer und 1.047 Frauen



Tabelle A3.4

**Geschätzte Wahrscheinlichkeit,
überwiegend kognitive Arbeit zu leisten**

	Margins
Männer ohne Kinder	0,21*** [0,18; 0,24]
Männer mit Kind(ern)	0,17*** [0,14; 0,20]
Frauen ohne Kinder	0,56*** [0,53; 0,60]
Frauen mit Kind(ern)	0,74*** [0,69; 0,78]
N	2.255

95 % Konfidenzintervalle in Klammern
* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022,
1.208 Männer und 1.047 Frauen



Regressionsergebnisse Belastung durch kognitive Arbeit

	(1) Model 1	(2) Model 2	(3) Model 3
Männer	ref	ref	ref
Frauen	0,463*** (6,67)	0,321*** (3,81)	0,384*** (4,71)
Alter	-0,0186*** (-5,84)	-0,0132*** (-4,03)	-0,0197*** (-6,10)
Haupt- oder Volksschulabschluss	ref	ref	ref
Mittlere Reife	0,268** (2,67)	0,261** (2,63)	0,276** (2,74)
Abitur, Fachhochschulreife	0,362*** (3,64)	0,352*** (3,58)	0,381*** (3,82)
kein Migrationshintergrund	ref	ref	ref
Migrationshintergrund	0,0923 (0,79)	0,0623 (0,54)	0,0744 (0,64)
keine Kinder im Haushalt		ref	
Kind(er) im Haushalt		0,232* (2,27)	
Männer ohne Kinder		ref	
Männer mit Kind(ern)		ref	
Frauen ohne Kinder		ref	
Frauen mit Kind(ern)		0,493*** (3,43)	
Vollzeit			ref
Teilzeit			0,191 (0,88)
Männer, Vollzeit			ref
Männer, Teilzeit			ref
Frauen, Vollzeit			ref
Frauen, Teilzeit			0,0219 (0,09)
Konstante	3,365*** (18,06)	3,038*** (15,44)	3,394*** (18,09)
N	2.020	2.020	2.020

t-Statistiken in Klammern
* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022, 1.016 Männer und 1.004 Frauen

Tabelle A5.1

Geschätzte Werte für Belastung durch kognitive Arbeit

	Margins
Männer	2,78*** [2,69; 2,88]
Frauen	3,25*** [3,15; 3,34]
N	2.020

95 % Konfidenzintervalle in Klammern
* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022,
1.016 Männer und 1.004 Frauen



Tabelle A5.2

Geschätzte Werte für Belastung durch kognitive Arbeit

	Margins
Männer ohne Kinder	2,69*** [2,58; 2,81]
Männer mit Kind(ern)	2,93*** [2,77; 3,09]
Frauen ohne Kinder	3,02*** [2,90; 3,13]
Frauen mit Kind(ern)	3,74*** [3,57; 3,91]
N	2.020

95 % Konfidenzintervalle in Klammern
* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022,
1.016 Männer und 1.004 Frauen



Tabelle A5.3

Geschätzte Werte für Belastung durch kognitive Arbeit

	Margins
Männer, Vollzeit	2,77*** [2,68; 2,87]
Männer, Teilzeit	2,96*** [2,55; 3,38]
Frauen, Vollzeit	3,16*** [3,03; 3,28]
Frauen, Teilzeit	3,37*** [3,22; 3,52]
N	2.020

95 % Konfidenzintervalle in Klammern
* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Quelle: WSI-Erwerbspersonenbefragung November 2022,
1.016 Männer und 1.004 Frauen



IMPRESSUM

Ausgabe

WSI Report Nr. 87, August 2023

Mental Load

ISSN 2366-7079

Herausgeber

Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliches Institut (WSI)

der Hans-Böckler-Stiftung

Georg-Glock-Straße 18, 40474 Düsseldorf

Telefon +49 (211) 77 78-18 7

<http://www.wsi.de>

Pressekontakt

Rainer Jung, +49 (211) 77 78-15 0

rainer-jung@boeckler.de

Satz: Daniela Groß

Kontakt

Dr. Yvonne Lott

Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliches Institut (WSI)

der Hans-Böckler-Stiftung

Georg-Glock-Straße 18, 40474 Düsseldorf

Telefon +49 (211) 77 78-600

yvonne-lott@boeckler.de

www.wsi.de

Dieses Werk ist lizenziert unter der

Creative Commons Lizenz CC BY 4.0 International

(<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode.de>)