



Life-Balance – Vereinbarkeit  
als Erfolgsfaktor

## **MODELL UND**

**Dimensionen guter Vereinbarkeit – detaillierter Modellbeschreibung**



## MODELL UND

Das Arbeitsmodell UND bildet die Basis für unsere Analyse- oder Beratungstätigkeit bei Organisationen und Individuen und gründet auf unserer langjährigen Erfahrung und dem aktuellen Stand der Wissenschaft. Es hat die Verbesserung der Vereinbarkeit der Lebensinhalte zum Ziel.

### Die fünf Lebensinhalte

Die vielfältigen Aktivitäten von Menschen in ihrer Lebensgestaltung lassen sich in fünf Lebensinhalte zusammenfassen:

- Ich (z. B. Hobbies, Schlaf, Körperpflege)
- Beruf (z. B. Aus- und Weiterbildung, Berufsausübung)
- Gemeinwohl (z. B. Vereinstätigkeit, Nachbarschaftshilfe, politisches Engagement)
- Soziale Beziehungen (z. B. Partnerschaft, Kinder, Freundschaften)
- Haushalt (z. B. Putzen, Waschen, Einkaufen, Administration)

Menschen gestalten ihr Leben sehr unterschiedlich, und sie tun es im Laufe ihres Lebens immer wieder anders. Die Lebensinhalte stehen dabei in vielfältigen Wechselbeziehungen zueinander. Sie können erfolgreich nebeneinander existieren («Balance»), einander gegenseitig bereichern und ergänzen, dazu dienen, Belastungen im jeweils anderen Bereich zu kompensieren, und sie können zueinander auf verschiedene Arten in Konflikt stehen.



### Definition Vereinbarkeit

Vereinbarkeit definieren wir als Maß dessen, wie gut die fünf Lebensinhalte in Einklang gebracht werden können. Dem Lebensinhalt «Beruf» kommt dabei insofern eine besondere Bedeutung zu, als er für die meisten von uns die materielle Grundlage bildet. Wir sprechen daher von der Vereinbarkeit von Beruf und den weiteren Lebensinhalten. Vereinbarkeit bemisst sich **subjektiv** und ist **dynamisch**.

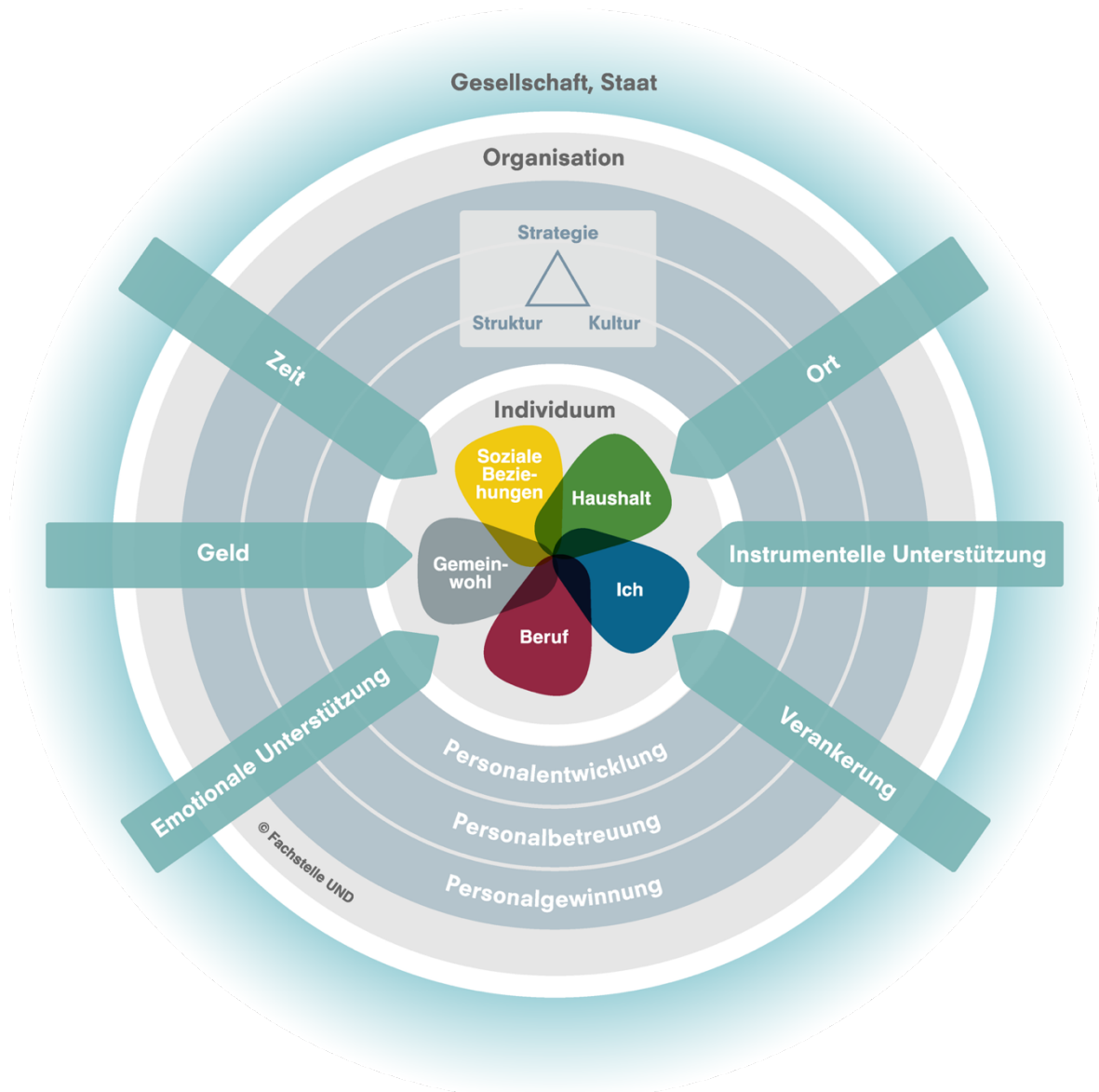
### Vereinbarkeit und Gleichstellung

Trotz rechtlicher Gleichstellung von Frau und Mann bestehen Ungleichheiten in den Möglichkeiten der Lebensgestaltung. Die Vereinbarkeitsfrage ist daher auch eine geschlechtsspezifische: Für Frauen geht es oft um mehr Teilhabe am Erwerbsleben, für Männer oft um mehr Teilhabe am Familienleben. Die Förderung der Vereinbarkeit setzt daher die Gleichstellung von Frau und Mann voraus und begünstigt diese gleichzeitig.

### Die drei Handlungsebenen

Gute Vereinbarkeit der verschiedenen Lebensinhalte zu erreichen, ist zunächst eine individuelle Herausforderung. Es gilt die Lebensinhalte laufend in bestmöglicher Weise aufeinander abzustimmen. Das Individuum ist jedoch dabei nicht völlig frei in seinen Entscheidungen, sondern abhängig vom Zusammenspiel mit anderen Akteurinnen und Akteuren. Wir unterscheiden drei Handlungsebenen:

- Ebene Individuum: Eigene Möglichkeiten, Bedürfnisse und Entscheidungen, aber auch die des näheren und des weiteren Umfelds (z. B. PartnerIn, Kinder, Angehörige, Freundinnen und Freunde, Nachbarinnen und Nachbarn etc.)
- Ebene Organisation: Strategische und operative Ziele der Leitung (Vorstand, Geschäftsleitung, HR-Leitung) und von Vorgesetzten, Rahmenbedingungen der Organisation (Struktur, Kultur, Prozesse), Verhalten/Haltung der Vorgesetzten wie der Kolleginnen und Kollegen
- Ebene Gesellschaft, Staat: Gesetzlicher Rahmen (Arbeitsgesetz, Berufliche Vorsorge etc), gesellschaftliche Werte und Entwicklungen (Digitalisierung, Generationenwandel etc.)



### Die sechs Einflussfaktoren

Verschiedene Einflussfaktoren bestimmen die Vereinbarkeit, indem sie limitierend oder unterstützend wirken. Wir identifizieren die folgenden sechs wesentlichen Einflussfaktoren.

- **Zeit:** umfasst alle Aspekte der zeitlichen Verfügbar- bzw. Erreichbarkeit, der Planung und Koordination, der Dauer bzw. des Zeitaufwands, der Kontinuität und Flexibilität sowie der zeitlichen Abgrenzung.
- **Ort:** umfasst alle räumlichen Aspekte, namentlich Standort, Mobilität, örtliche Verfügbarkeit bzw. Erreichbarkeit und Abgrenzung.
- **Geld:** umfasst alle finanziellen Belange wie verfügbares Einkommen, Unterstützungsbeiträge, finanzielle Vorsorge und Vermögen.
- **Instrumentelle Unterstützung:** bezeichnet alle Instrumente, Einrichtungen und Dienstleistungen.
- **Emotionale Unterstützung:** bezeichnet die Art und Weise, mit welcher Akteurinnen und Akteure der Diversität von Lebensentwürfen im Alltag begegnen. Dazu zählen die Anerkennung und Wertschätzung sowie die Bereitschaft zur Hilfestellung und der aktiven Förderung.
- **Verankerung:** bezeichnet alle übergeordneten und formalisierten Grundsätze, Strategien, Ziele und Wirkungsanalysen.

Diese sechs Einflussfaktoren können auf allen drei Handlungsebenen bearbeitet werden. So wählt etwa das Individuum den Wohnort. Der Staat bestimmt im Arbeitsgesetz die maximale Wochenarbeitszeit oder die minimalen Ferienwochen.

### Die Gestaltungsmöglichkeiten der Organisationen

Die Fachstelle UND richtet ihr Hauptaugenmerk auf die Erwerbstätigkeit in Organisationen: Jede Organisation ist Teil der Lebenswelt ihrer Mitarbeitenden und prägt mit ihren betrieblichen Voraussetzungen die Vereinbarkeit von Beruf und den anderen Lebensinhalten. Entlang den sechs Einflussfaktoren seien hier als wichtige Gestaltungsmöglichkeiten genannt:

- Zeit: Arbeitszeitmodelle, Einsatzplanung, Urlaubsmöglichkeiten
- Ort: Standorte, mobiles Arbeiten, Raumangebote
- Geld: Lohnhöhe, Zulagen, Regelung Pensionskasse
- Instrumentelle Unterstützung: Anlaufstellen, Betreuungsangebote, Förderprogramme
- Emotionale Unterstützung: Betriebliche Grundhaltung, Sensibilisierung der Führungspersonen, Vorbilder
- Verankerung: Leitbild/personalpolitische Grundsätze, Vorurteilsfreiheit im Anstellungsprozess, Sicherstellung Mitsprache, Schulungen

Diese und weitere Gestaltungsmöglichkeiten zur Förderung der Vereinbarkeit bezieht die Fachstelle UND in ihre Analyse- und Beratungstätigkeit ein.