

# Die grosse Zeitpunkt-Sonntags-Umfrage

Eines vorweg: Wenn Du Sonntag haben willst, tu Dir keine Kinder zu! Leb alleine, als Paar oder in einer WG – aber vermeide Kinder; denn die rauben Dir Ruhe, Zeit und Spontaneität und bescheren Dir obendrein sogar am Sonntag noch berufliche Arbeit. Und noch was: Meide das Verweilen in der Natur, das nimmt Dir an Sonntagen Mobilität, zwingt Dich zur Ruhe und lässt Dich nicht arbeiten, schlussfolgert

Umfrage-Forscher Billo Heinzpeter Studer

Die Resultate aus 649 beantworteten Fragebögen sind tatsächlich erstaunlich. Zum Beispiel der Befund, dass die Befragten heute mehr eher Sonntag haben als noch vor zehn Jahren (Grafik 1). Das widerspricht doch aller Erfahrung im Alltag. Haben am Ende vor allem Sonntagskinder an der Umfrage teilgenommen?

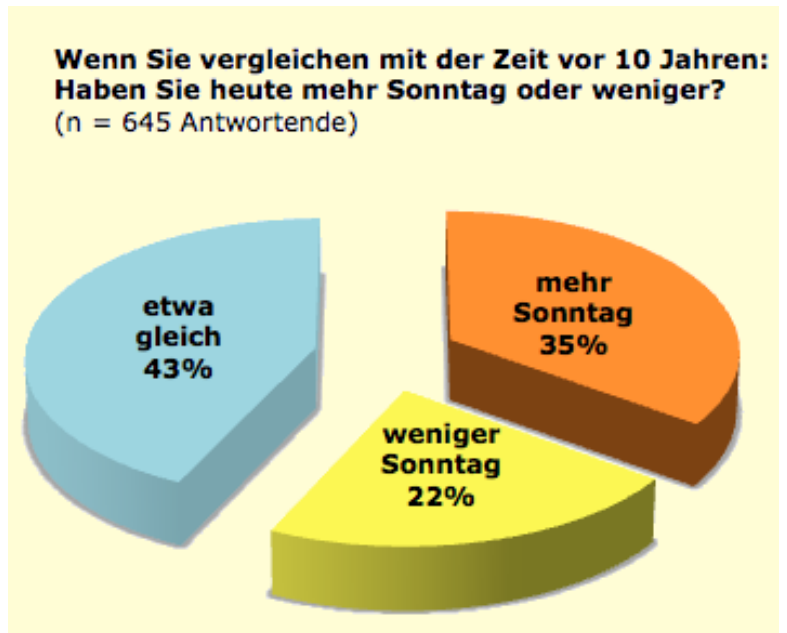
## Das Zeitpunkt-Publikum

Ein Blick auf die statistische Verteilung der Teilnehmenden zeigt zunächst keine Auffälligkeiten: Es sind je zur Hälfte Frauen und Männer und sie wohnen sowohl auf dem Land, in der Agglomeration und in Städten. Ein Sechstel ist bis 35 Jahre alt, je ein Drittel ist 36 bis 50 oder zwischen 51 und 65 Jahre alt, die übrigen im AHV-Alter. Klar, der Altersdurchschnitt des Zeitpunkt-Publikums liegt über jenem der Wohnbevölkerung. Das spiegelt sich auch bei der Beschäftigung: Nur neun Prozent der Teilnehmenden sind in Ausbildung; 28 Prozent versehen Hausarbeit, 79 Prozent gehen einem Erwerb nach und 16 Prozent kriegen Rente (die Angaben addieren auf 132 Prozent, da gegen hundert Personen mehr als einer Beschäftigung obliegen).

## Mehr Ruhe, mehr Natur

Nicht weniger erstaunlich ist der Befund, dass die Befragten im Mittel heute am Sonntag weniger Veranstaltungen besuchen, weniger arbeiten und weniger Medien konsumieren als vor zehn Jahren (siehe Grafik 2). Im Gegenzug haben sie heute mehr Zeit für sich, mehr Ruhe und sind mehr in der Natur. Die andere Zukunft scheint beim Zeitpunkt-Publikum angekommen zu sein, zumindest in der Einstellung – über das tatsächliche Verhalten sagt eine Umfrage ja nichts aus.

Was macht das Zeitpunkt-Publikum an einem Sonntag? Fast die Hälfte liest! Weitere wichtige Sonntagsinhalte sind Ausruhen, Wandern in der Natur, was Feines ko-



Grafik 1

## Tabelle 1: Was sind Ihre liebsten Beschäftigungen an einem Sonntag?

(Frage 3, spontane Antworten von 600 Personen, nachträglich nach Kategorien geordnet, durchschnittlich 3.75 Antworten pro Person)

- 46% Lesen
- 42% Schlafen, Ausruhen, Nichtstun, Musse, Ruhe finden
- 40% Natur, Berge, wandern
- 36% Kochen, Essen zuhause
- 27% Spazieren, etwas Bewegung
- 27% Partner, Familie, Kinder
- 19% mit Freunden
- 15% Sport
- 12% TV, Radio, Film zuhause
- 9% Kultur, Museen, Kino, Konzert
- 9% Besuch machen/haben
- 7% Musik hören/machen
- 6% Bad, Wellness, Gesundheit
- 6% Reisen, Ausflüge
- 6% Diskutieren, Gespräche, Telefonate
- 5% allein, Zeit für mich, «Sein»
- 5% Meditation, Einkehr, Träumen
- 5% Arbeit
- 5% Fahrrad

Weitere Nennungen: 4% Garten oder Balkon; 4% glücklich sein/geniessen, 4% Basteln, Malen, Werken; 4% Spontaneität; 4% Sex und Erotik; 3% Spielen; 3% Restaurant; 3% Kirche; 2% Zuhausebleiben; 2% Schreiben; 2% Haushalt; 2% Aufräumen und erledigen; 2% Rausgehen; 2% Internet, Facebook usw.; 2% Pläne schmieden; 2% mit Hund, Pferden usw.; 1% Lernen; für 1% unterscheidet sich der Sonntag nicht von andern Wochentagen; 1% hat sonntags nie frei; je eine Person macht was mit Nachbarn, geht ins Ferienhaus oder zur Volkabstimmung.

chen und essen, etwas spazieren sowie Zeit mit Partner, Kindern, Familie und Freunden. Sport, Medien und Kultur folgen erst in zweiter Linie, Wellness und Zeit für sich allein noch später (siehe Tabelle 1).

### Kaum Sex, wenig Spiel

Alles in allem dann doch ein eher traditionelles Bild. So werden Tätigkeiten, die unter der Woche eher zu kurz kommen, erstaunlich selten als Sonntagsperlen genannt. Erotik, Sex, kreatives Tun, Spielen und das Schmieden von Plänen: alles unter ferner liefen... Sogar Schreiben droht zu einer aussterbenden Sonntagsbeschäftigung zu werden – wer soll denn diese Zeitschrift mit Inhalt füllen?!

Aber vielleicht hat das Zeitpunkt-Publikum ja unter der Woche Zeit für Liebe, Spiel und Nachdenken. Immerhin geben 43 Prozent der Befragten an, über mehr als einen Tag in der Woche frei bestimmen zu können, und 23 Prozent können offenbar sogar immer frei über ihre Zeit bestimmen. Offenbar besteht die Leserschaft dieser Zeitschrift aus Menschen mit überdurchschnittlicher Zeitautonomie; dafür kann die Redaktion eigentlich nur dankbar sein!

### Frauen und Ältere: mehr Zeit

Wie ist das nun mit den Kindern, der Natur und den Sonntagen? Untersuchen wir mal die Faktoren, welche eine Veränderung im Sonntagsverhalten in den letzten zehn Jahren geführt haben könnten.

Wer heute mobiler unterwegs ist, hat mehr Kontakte, besucht mehr Veranstaltungen, erledigt mehr Arbeit, aber weniger Ruhe, weniger Zeit für sich, ist weniger in der Natur und gefühlsmässig weniger Sonntag. Sogar der Medienkonsum scheint bei erhöhter Mobilität abzunehmen.

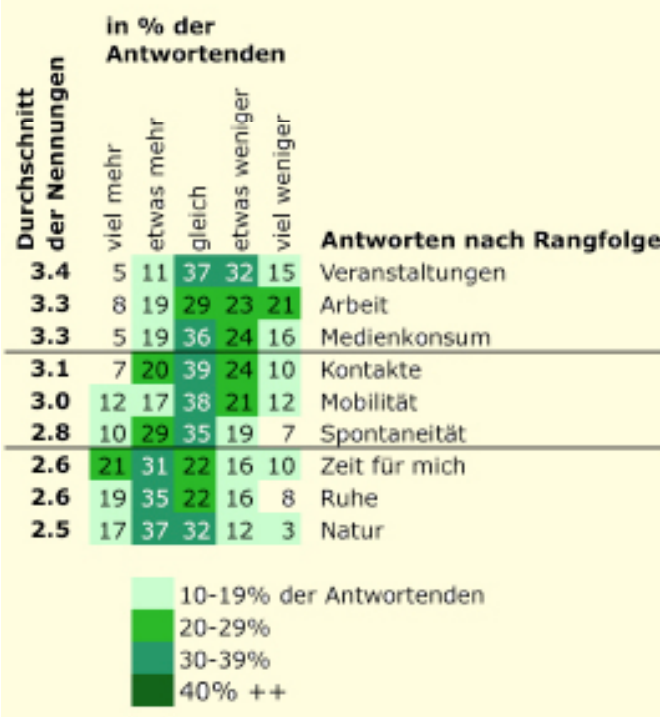
Wer hingegen heute gefühlsmässig mehr Sonntag hat als früher, erfährt mehr Ruhe. Gleiches winkt eher jenen, die ihren Sonntag spontan gestalten, den Zeitautonomen, den über 50-Jährigen und jenen, die sich eher der Natur als der Arbeit zuwenden. Mehr sonntägliche Ruhe empfindet heute zudem, wer nicht mit Kindern zusammen lebt. Was, bitte, hat sich diesbzüglich denn verändert? War es vor zehn Jahren einfacher, neben und mit Kindern Ruhe zu finden? Oder sind Eltern heute gestresster? Dass Sonntagserholung und Kinder über Kreuz zu sein scheinen, ist ein Alarmzeichen.

Berufliche Arbeit am Sonntag fördert das Gefühl, heute weniger Sonntag zu haben als früher, und mindert die Zeit für Natur und Medien. Sonntags arbeiten müssen eher jüngere, weniger zeitautonome Menschen, die ihren Sonntag nicht so spontan gestalten können – und eher Menschen, die mit Kindern leben.

Mehr Zeit in der Natur ist verbunden mit mehr Zeit für sich selber. Förderlich sind eine spontane Sonntagsgestaltung und ein gewisser Verzicht auf Medienkonsum. Mehr Zeit für sich selber nehmen eher Frauen, Zeitautonome und über 50-Jährige.

### Frage 2: Wie hat sich Ihr persönlicher Sonntag gegenüber vor 10 Jahren verändert?

Bitte geben Sie bei jedem Gegensatzpaar die Richtung und das Ausmass der Veränderung an.



Grafik 2

### Mehr Betrieb am Sonntag?

Wir wollten von den Befragten auch wissen, wie sie zur gesetzlichen Regelung der Sonntagsruhe stehen. Eine Mehrheit von 56 Prozent will, «dass geöffnete Läden am Sonntag und Sonntagsarbeit nur ausnahmsweise erlaubt werden». 35 Prozent halten an der geltenden Regelung fest, und nur 9 Prozent sind «für längere Ladenöffnungszeiten am Sonntag und für die Freigaben der Sonntagsarbeit».

Dieses Ergebnis ist sicher nicht repräsentativ für den Soverän, vermutlich aber fürs Zeitpunkt-Publikum. Es halt jeder verfügbaren statistischen Analyse stand; weder Geschlecht noch Alter noch Grösse des Wohnorts oder andere Variablen bringen eine Veränderung. Wenn es nach diesem Publikum ginge, käme wieder mehr Sonntag ins Land.

© Billo Heinzpeter Studer, 8. Dezember 2013

Fragebogen: siehe nächste Seite

# Fragebogen

## Zeitpunkt-Umfrage zum Sonntag

Die Zeitschrift «Zeitpunkt» interessiert sich dafür, wie seine Leser/innen den Sonntag verbringen und welchen Stellenwert dieser Tag in ihrem Leben hat. Ihre Antworten tragen zu einem vermutlich bunten Gesamtbild bei. Teilnehmen an dieser Umfrage können Sie bis am Sonntag 1. Dezember 2013.

Ihre Antworten werden selbstverständlich anonym ausgewertet; niemand – auch nicht der Zeitpunkt – wird auf Sie zurück-schliessen können.

Noch zwei Hinweise zur Beantwortung:

– Notieren Sie Ihr persönliches Passwort, das Ihnen zu Beginn angezeigt wird. So können Sie später wieder einsteigen, falls Sie unterbrechen wollen.

– Wenn Sie auf eine Frage zurückspringen wollen, klicken Sie in der Spalte ganz links in die entsprechende Fragenummer.

Dauer: 10 min

Autor: Billo Heinzpeter Studer im Auftrag der Redaktion Zeitpunkt

### Frage 1

Wenn Sie vergleichen mit der Zeit vor 10 Jahren: Haben Sie heute mehr Sonntag oder weniger?

- ich habe heute mehr Sonntag
- ich habe heute weniger Sonntag
- ist sich etwa gleich geblieben

### Frage 2

Wie hat sich Ihr persönlicher Sonntag gegenüber vor 10 Jahren verändert?

Bitte geben Sie bei jedem Gegensatzpaar die Richtung und das Ausmass der Veränderung an.

	mehr	– Skala –	weniger
Mobilität	o-----o-----o-----o-----o		
Kontakte			
Ruhe			
Veranstaltungen			
Arbeit			
Natur			
Zeit für mich			
Spontaneität			
Medienkonsum			

### Frage 3

Was sind Ihre liebsten Beschäftigungen an einem Sonntag?  
(Bitte nur Stichworte, denken Sie an den geplagten Auswerter!)

.....  
(offene Frage)

### Frage 4

Wieviel Zeit haben Sie, über die Sie selber bestimmen ?

- eigentlich fast nie
- ein paar Stunden pro Woche
- einen Tag pro Woche
- mehr als einen Tag pro Woche
- eigentlich immer

### Frage 5

Wie stehen Sie zur gesetzlichen Regelung des Sonntags?

- Ich bin für längere Ladenöffnungszeiten am Sonntag und für die Freigabe der Sonntagsarbeit.
- Ich will, dass geöffnete Läden am Sonntag und Sonntagsarbeit nur ausnahmsweise erlaubt werden.
- So belassen wie heute, keine Änderung.

### Frage 6

Ihr Geschlecht?

- männlich
- weiblich

### Frage 7

Wie alt sind Sie?

- unter 20 Jahren
- 20 bis 35 Jahre
- 36 bis 50 Jahre
- 51 bis 65 Jahre
- über 65 Jahre

### Frage 8

Wie leben Sie?

- alleine
- allein mit Kindern
- mit Partner/in
- mit Partner/in und Kindern
- in Wohngemeinschaft mit Erwachsenen
- in Wohngemeinschaft mit Erwachsenen und Kindern

### Frage 9

Wie gross ist Ihre Wohngemeinde?

- weniger als 5'000 Einwohner/innen
- 5'000 bis 15'000
- 15'000 bis 100'000
- über 100'000

### Frage 10

Welches ist Ihre hauptsächliche Tätigkeit?

(max. 2 Antworten möglich)

- in Ausbildung
- Familienarbeit
- Erwerbsarbeit
- in Rente