



Zeitgestaltungskompetenz

Arbeitspapier im Forschungsprojekt ReZeitKon
Teilprojekt C: Bildung für nachhaltigen Konsum

Pascal Frank, Daniel Fischer & Claire Grauer

Stand: 1. Oktober 2020



Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	2
Einleitung	3
1 Zeitgestaltungskompetenz in der Literatur	4
2 Zeitgestaltungskompetenz im Projekt ReZeitKon	8
3 Operationalisierbare Aspekte von Zeitgestaltungskompetenz	12
4 Reflexion: Zeitgestaltungskompetenz als Zielgröße der ReZeitKon-Bildungsintervention	14
Literatur	18

Einleitung

Im ReZeitKon-Projekt werden Interventionen zur Förderung von Zeitgestaltungskompetenz im Privatleben, am Arbeitsplatz und in der Schule entwickelt. Die dem Projekt zugrundeliegende Hypothese ist dabei, dass eine entwickelte Zeitgestaltungskompetenz Individuen dazu befähigen könnte, Zeitwohlstand zu steigern und „freie Zeit für einen suffizienteren Lebensstil einzusetzen“ (Projektantrag, S. 4). Damit ist insbesondere gemeint, dass zeitgestaltungskompetente Personen ihr Konsumverhalten stärker an Prinzipien der Nachhaltigkeit ausrichten (können) als weniger zeitgestaltungskompetente Personen. Dem Zeitgestaltungskompetenzbegriff kommt folglich im Forschungsprojekt eine zentrale Bedeutung zu.

Das hier vorgeschlagene, sehr umfassende Verständnis von Zeitgestaltungskompetenz wurde im Kontext des Lüneburger Teilprojekts entwickelt, dem es in zweierlei Hinsicht dient: Zum einen stellt es die übergreifende Zielsetzung für die didaktisch-methodische Ausgestaltung der Bildungsintervention dar, zum anderen bietet es eine Heuristik für die empirische Untersuchung von Zeitgestaltungskompetenz bei Schüler*innen, die wir im Rahmen der ersten Durchführung der Intervention qualitativ-explorativ anlegen. Diese qualitativ-explorative Untersuchung von Zeitgestaltungskompetenz soll im zweiten Interventionshalbjahr (ab Januar 2020) zu einer Operationalisierung des Konzepts führen, auf dessen Basis auch Vorschläge für die quantitative Messung von Zeitgestaltungskompetenz gemacht werden können¹. Gemäß der Zielsetzung der Bildungsintervention wird Zeitgestaltungskompetenz in diesem Verständnis nicht unabhängig von, sondern bezogen auf nachhaltiges Handeln definiert, was durch die Begriffsverwendung der *Gestaltungskompetenz* als zentralem Bildungsziel in der deutschsprachigen Bildung für nachhaltige Entwicklung angedeutet ist.

Im folgenden Papier soll der Begriff der Zeitgestaltungskompetenz für den Projektrahmen näher definiert werden. Dies geschieht auf der Grundlage einiger grundsätzlicher Überlegungen zum Kompetenzbegriff sowie einer Auseinandersetzung mit bereits existierenden Definitionen des Konstrukts in der Literatur (Abschnitt 1). Die Definition des Begriffs erfolgt in Abschnitt 2. In Abschnitt 3 schlagen wir darauf aufbauend einige wichtige Aspekte von Zeitgestaltungskompetenz

¹ Durch die im Frühjahr 2020 infolge der Maßnahmen zur Eindämmung von Covid-19 bedingten Umstellungen im schulischen Regelbetrieb konnte die empirische Interventionsstudie nicht wie zunächst geplant fortgesetzt und abgeschlossen werden. Entsprechend wurden in Abstimmung mit dem Fördergeber Anpassungen im Forschungsprogramm vorgenommen, die an Stelle der Beforschung einer didaktisierten unterrichtlichen Intervention die Erfahrungen und Lernprozesse von Schüler*innen und Schülern unter den Bedingungen von „Homeschooling“ und neu zu entwickelnder Praktiken und Routinen der Zeitgestaltung in den Mittelpunkt der empirischen Arbeit rückte.

vor, welche in Fragebogenform in empirische Erhebungen Einzug erhalten können. Schließlich findet sich eine Reflexion unserer Definition in Abschnitt 4.

1 Zeitgestaltungskompetenz in der Literatur

In der heutigen Zeit sehen sich Menschen mit der wachsenden Herausforderung konfrontiert, ihre Lebensführung mit den zunehmend verdichteten und vertakteten Abläufen gesellschaftlicher Prozesse in Einklang zu bringen. Die Fähigkeit zur Selbstbestimmung über die eigene Zeit scheint unter diesen Bedingungen weniger eine Chance, „sondern auch eine fast ausweglose Verpflichtung“ (DGfZP, 2005, S. 19), da sie zur sozialen Norm und damit zur Voraussetzung für gesellschaftliche Partizipation wird.

Als Lösung für diese Herausforderung wurde in den vergangenen Jahrzehnten von einigen Autor*innen das Konzept der Zeit(gestaltungs)kompetenz vorgeschlagen. Was genau mit dem Begriff gemeint ist, variiert jedoch stark zwischen den einzelnen Quellen. Eine populäre Verwendung des Begriffs (etwa Seiwert, 2006) versteht zum Beispiel Zeitgestaltungskompetenz vorrangig als Zeitmanagement, d.h. als kompetente Organisation der eigenen Lebenszeit mit Blick auf private und berufliche Ziele. Eine besondere Betonung liegt dabei auf der erfolgreichen Bewältigung beruflicher Aufgaben, weshalb (etwa Hermann, 2009) beklagt, dass dieses Verständnis von Zeitgestaltungskompetenz „den Bezugspunkt weg von Bedürfnissen hin zur ‚Zeitgewinnung‘ und Zeitplanung verschiebt und gleichzeitig eine Ökonomisierung der Definition von Zeitgestaltungskompetenz vorbereitet und einleitet“ (S. 142).

Die Deutsche Gesellschaft für Zeitpolitik (DGfZP) sieht Zeitgestaltungskompetenz derweil nicht als bloßes Mittel zur (beruflichen) Zielerreichung. In ihrem Manifest heißt es hierzu:

Die Kompetenz, die wir meinen, beschränkt sich nicht auf die äußeren Bedingungen des Umgangs mit der Zeit. Sie zielt auf die Befähigung der Menschen zum „bewussten“ Gebrauch ihrer Zeit – nach persönlichen Sinnkriterien, Interessen und Anforderungen. (DGfZP, 2005, S. 18).

Und weiter:

„Da die Kultur des Umgangs mit Zeit weniger durch vorgegebene Zeitmuster bestimmt wird, müssen die Individuen und Gruppen ihre Bedürfnisse und die Bedingungen ihrer Verwirklichung kompetent analysieren können und kreative Lösungen zunehmend selbst entwickeln. Sie müssen sich die Fähigkeit aneignen, individuelle und gemeinsame Zeiten mit ihren eigenen Sinnkriterien auf neue Weise zu verbinden.“ (ibid., S. 19).

Zeitgestaltungskompetenz im Sinne der DGfZP ist also bedürfnis- und sinnorientiert und umfasst neben der individuellen auch eine soziale Dimension.

Ein ähnliches Verständnis von Zeitgestaltungskompetenz findet sich etwa bei Reheis (2006), der in der Zeitgestaltungskompetenz eine Voraussetzung menschlicher Grundbedürfnisbefriedigung. Er sieht sie als notwendigen Ausweg aus dem „Hamsterrad“ (S. 285) der kapitalistischen Wachstumslogik, welcher er die „Idee der Selbsterweiterung des Menschen“ (Reheis, 2006, S. 255) entgegenstellt. Selbsterweiterung wird hier assoziiert mit Ideen von Glück, Wohlbefinden, Genuss und Zufriedenheit. Sie impliziert außerdem eine „ökologische Zeitgestaltung“ (ibid., S. 285), d.h. eine Zeitgestaltung, welche die Regenerationszeiten und Eigenzeiten von sich selbst und anderer Organismen und Lebewesen mitberücksichtigt. Diese Regenerations- und Eigenzeiten beschreibt Reheis - aufbauend auf die Terminologie von Held und Geißler (2000) - als „Ökologie der Zeit“ (ibid.):

„Die Ökologie der Zeit kann uns lehren, wie unbelebte und belebte Systeme in ihrem Umwelten mit Zeit umgehen, genauer: wie sie ihre Vorräte und Kräfte zeitlich klug einteilen und angemessene Zyklen und Geschwindigkeiten ausbilden.“ (ibid.)

Wesentlich an dieser Konzeptualisierung von Zeitkompetenz ist, dass die eigene Zeitgestaltung in einem größeren ökologischen Zusammenhang reflektiert wird und dass es einen „klugen“ und „angemessenen“ Umgang mit der Zeit gibt, in welchem eigene Bedürfnisse erfüllt werden.

Über diese grundlegenden Beschreibungen hinausgehend finden sich nur wenige Versuche in der wissenschaftlichen Literatur, das Konzept der Zeitgestaltungskompetenz weiter zu systematisieren.

Ein früher Beitrag hierzu findet sich bei Volker Buddrus (1995). Er versteht unter Zeitkompetenz „die selbst-bewußte, von relevanten Anderen anerkannt wahrgenommene Gestaltung von persönlicher und gruppenbezogener Zeit“ (S. 90). Zentrale konstituierende Begriffe für seine Definition sind Zeitbewusstsein, Zeitwahrnehmung und Zeitgestaltung. Zeitbewusstsein bezeichnet demnach die individuelle Fähigkeit, objektive Zeitabläufe zu erfassen, wie historische Zeiträume, organismische Zeiten und Zyklen usw. Die Zeitwahrnehmung beschreibt demgegenüber die Fähigkeit, subjektive Qualitäten eines Moments erleben zu können, was Buddrus zufolge die Fähigkeit voraussetzt, sich überhaupt auf die Gegenwart einlassen zu können. Zeitgestaltung wird schließlich definiert als Fähigkeit, „Zeit im Rahmen individueller Einflussnahme bewusst gestalten zu können“ (S. 94) bzw. mit dieser souverän umgehen zu können (S. 96). Letzteres wird beeinflusst „durch die Freiheitsgrade des Individuums [...], die Ereignisse entlang der Zeitlinie zu gestalten“ (S. 89). Dabei ist wesentlich, dass Buddrus sozio-institutionelle Rahmenbedingungen als Einschränkungen anerkennt, zugleich aber die vornehmliche Limitierung von Zeitsouveränität in inneren, d.h. personalen Grenzen sieht:

„Auch hier sind oft nur die Gedanken frei. Die aktuellen Wahlmöglichkeiten sind in vielfältiger Hinsicht eingeschränkt, wobei die institutionellen Anforderungen zwar als einschränkende Bedingungen vorhanden sind, oft jedoch nur als Alibi für die Vorherrschaft von Gewohnheiten und biografischen Prägungen dienen, welche zumeist frühkindlich entstanden sind.“ (ibid., S.89)

Eine weitere Definition von Zeitkompetenz findet sich bei Renate Freericks (1996). Sie bezeichnet Zeitkompetenz als „die Fähigkeit und Bereitschaft des Einzelnen, selbstbestimmt und eigenverantwortlich die Lebenszeit zu gestalten“ (S. 15) und unterscheidet fünf Dimensionen:

1. organische Zeitkompetenz, welche die Sensibilisierung für die „körpereigene Zeit“ (ibid.) beschreibt
2. kognitive Zeitkompetenz, aufgefasst als Möglichkeit, vergangene Erfahrungen sowie Erwartungen und Ziele in das gegenwärtige Handeln einzubeziehen bzw. auf neue Situationen anzuwenden
3. aktionale Zeitkompetenz, „die es ermöglicht, die eigene Zeit – in Abstimmung mit äußeren und inneren Zeitvorgaben – zu strukturieren, einzuteilen und zu planen (Zeitsouveränität)
4. soziale Zeitkompetenz, definiert als die „Möglichkeit und Fähigkeit, Interaktionsprozesse über Zeit zu synchronisieren. Dies umfasst den (disponiblen) Wechsel zwischen

verschiedenen zeitlichen Bezugssystemen und die dynamische Verbindung verschiedener Lebenszeitbereiche insbesondere durch das Aushandeln von Zeit.“ (ibid.)

5. emotionale/subjektive Zeitkompetenz, beschrieben als Fähigkeit, das subjektive Erleben von Zeit zu reflektieren, in persönliche Entscheidungen einzubeziehen und als Folge Zeit als erfüllt erleben zu können. Dies beinhaltet auch, „sich selbst als zeitkompetentes Wesen zu erfahren.“ (ibid.)

Eine dritte Definition von Zeitkompetenz findet sich bei Elmar Hatzelmann und Martin Held (2015). Die Autoren betonen ausdrücklich, dass Zeitkompetenz über ein bloßes Zeitmanagement hinausgeht, das eine rein quantitative Organisation von Zeit darstellt. Demgegenüber umfasst Zeitkompetenz für sie auch und vor allem einen qualitativen Umgang mit Zeit. Hatzelmann und Held schlagen ein zwölfdimensionales Zeitkompetenzkonstrukt vor, bestehend aus:

1. Infoaufnahme: Verstanden als Fähigkeit, die eigene Aufnahmekapazität für neue Informationen zu prüfen und zu erkennen
2. Kompass: „[L]angfristige Orientierung und Visionen, die über die Kurzfristorientierung hinausgehend Richtung geben.“ (S. 54)
3. Gefühlszustand: Bezeichnet die Beurteilungsfähigkeit der eigenen Lebensqualität
4. Chronotypus: Das Individuum kann seinen eigenen Zeittyp einordnen (z.B. Morgen- vs. Abendmensch usw.)
5. Präsenz: Fähigkeit, im „Hier und Jetzt“ (S. 55) zu sein
6. Geschwindigkeit: Kenntnis über die eigene Geschwindigkeit, in denen Tätigkeit am besten ausgeführt werden
7. Rhythmus: Fähigkeit zur Wahrnehmung/Gestaltung des eigenen Rhythmus
8. Chronos/Kairos: Fähigkeit zur Abschätzung des richtigen Augenblicks für anstehende Aufgaben (z.B. das Führen von wichtigen Gesprächen)
9. Zeitformen/-vielfalt: Fähigkeit zur Erfassung von und sinnvollem Umgang mit unterschiedlichen Zeitformen
10. Zeitempathie: Fähigkeit zur Einschätzung der zeitbezogenen Bedürfnisse einer anderen Person
11. Zeitmanagement: Ist definiert als gezielte, an den eigenen Zielen orientierte Organisation und Ausführung von Aufgaben.

12. Erfolg = Inhalt + Gefühl: Beschreibt die Beobachtungsgabe, das Verfolgen und Erreichen von Zielen mit dem damit einhergehenden Gefühlszustand in Verbindung zu bringen und auf dieser Basis die Wichtigkeit von ersterem einzuschätzen

Ein Überblick über die Diskussion zum Zusammenhang zwischen Zeitkompetenz und nachhaltigem Konsum findet sich bei Lucia Reisch (2015). Sie greift vor allem die Überlegungen von Galak et al. (2011, 2013) zur „temporalen Konsumkompetenz“ auf. Diese umfasst zwei Dimensionen: Zum einen geht es dabei um die Fähigkeit zur Selbstkontrolle und Selbstregulation; zum anderen ist damit Befähigung gemeint, das Verhältnis zwischen Konsum und Bedürfnis in befriedigender Weise aufeinander abzustimmen. Den Autor*innen zufolge ließe sich Überkonsum z.B. dadurch begegnen, dass sich Konsument*innen in einer Verlangsamung von Konsum üben, dadurch in derselben Zeitspanne weniger konsumieren und dies gleichzeitig als größere Befriedigung erleben.

2 Zeitgestaltungskompetenz im Projekt ReZeitKon

Grundlage für die Definition der Zeitgestaltungskompetenz im Lüneburger ReZeitKon-Teilprojekt ist die o.g. Definition von Freericks (1996), d.h. „die Fähigkeit und Bereitschaft des Einzelnen, selbstbestimmt und eigenverantwortlich die Lebenszeit zu gestalten“ (S. 15). Diese adressiert neben der Befähigung auch die persönliche Motivation zu Selbstbestimmung und Eigenverantwortung in der Zeitgestaltung und nimmt damit direkten Bezug auf die einflussreiche Kompetenzdefinition Franz Weinerts, der Kompetenzen definiert als "die bei Individuen verfügbaren oder durch sie erlernbaren kognitiven Fähigkeiten und Fertigkeiten, um bestimmte Probleme zu lösen, sowie die damit verbundenen motivationalen, volitionalen und sozialen Bereitschaften und Fähigkeiten, um die Problemlösungen in variablen Situationen erfolgreich und verantwortungsvoll nutzen zu können" (Weinert, 2002, S. 27-28). Angesichts der Nachhaltigkeitsorientierung des Projekts soll Freericks' Definition im Folgenden um zwei Aspekte ergänzt werden, nämlich (1) um eine nachhaltige individuelle Zeitgestaltung und (2) um das als *Gestaltungskompetenz* beschriebene Vermögen, gegebene Zeitstrukturen „im Sinne nachhaltiger Entwicklung modifizieren und modellieren zu können" (De Haan & Harenberg, 1999, S. 62).

Das projektbezogene Interesse an einer nachhaltigkeitsbezogenen Zeitgestaltungskompetenz basiert auf der Tatsache, dass Individuen ihre Zeit immer auch konsumtiv gestalten. Die in ReZeitKon entwickelte Bildungsintervention zu nachhaltigem Konsum zielt mithin darauf ab, Zeitgestaltungskompetenz auf eine solche Weise zu entwickeln, dass der Erwerb dieser Kompetenz Individuen ermöglicht, ihre individuelle Zeitgestaltung an den Prinzipien eines nachhaltigen Konsums ausrichten zu können. Nachhaltiger Konsum wird in diesem Papier definiert als Umgang von Individuen mit Konsumgütern, der dazu beiträgt, die notwendigen externen Bedingungen zu schaffen bzw. zu erhalten, damit Menschen in Gegenwart und Zukunft ihre Grundbedürfnisse befriedigen können, auf deren Erfüllung sie einen ethischen Anspruch haben (objektive Bedürfnisse) (Di Giulio et al., 2011; Fischer et al., 2011, S. 78).

Diese auf sozioökonomische und ökologische Aspekte des Nachhaltigkeitsbegriffs gestützte Definition lässt sich weiterhin mit Parodi und Tamm (2018) um innere (oder personale) Prinzipien der Nachhaltigkeit ergänzen. Der Umgang mit Konsumgütern leistet dann auch einen Beitrag zur Befriedigung innerer Bedürfnisse bzw. steigert allgemein die Qualität der „inneren Situation“ (S. 5). Aspekte dieser inneren Situation sind den Autoren zufolge die subjektive Wahrnehmung, Körpererfahrungen, Gedanken, Werte, Bedürfnisse, Wünsche sowie das emotionale Erleben.

Die Rückbindung dieser Überlegungen an den Begriff der Zeitgestaltungskompetenz hat zur Folge, dass letzterer nicht nur im Hinblick auf die individuelle *Disposition* zur Zeitgestaltung (Fähigkeit, Bereitschaft, Selbstbestimmung Eigenverantwortung), sondern auch auf die konkreten Inhalte und mit ihr verbundenen Konsequenzen der individuellen Zeitgestaltung gedacht wird. Insbesondere umfasst eine Zeitgestaltungskompetenz vor diesem Hintergrund die Fähigkeit, die ‚innere Situation‘ und diejenige anderer Menschen (und Lebewesen) zu kennen, anzuerkennen und das eigene Handeln mit Blick auf diese gegenwärtig und zukünftig beurteilen zu können. Diese Fähigkeit befähigt das Individuum wiederum dazu, gesellschaftlich geformte Zeitstrukturen im Hinblick auf ihre Auswirkungen auf die eigene innere Situation und diejenige anderer Menschen zu beurteilen und im Sinne von de Haans Gestaltungskompetenz (de Haan & Harenberg, 1999) bei Bedarf so verändern zu können, dass sie eine nachhaltige Entwicklung (sozial, ökonomisch, ökologisch, personal) begünstigen.

Diese Perspektive berücksichtigend legen wir für die bildungsbezogene ReZeitKon-Intervention folgendes Verständnis einer nachhaltigkeitsbezogenen Zeitgestaltungskompetenz zugrunde:

Zeitgestaltungskompetenz bezeichnet die Fähigkeit des Einzelnen, selbstbestimmt und eigenverantwortlich die eigene Lebenszeit so zu gestalten (und damit auch die soziale Organisation von Zeit so mitzugestalten), dass die eigene Bedürfnisbefriedigung und die Bedürfnisbefriedigung anderer heute und in Zukunft lebender Menschen nicht gefährdet werden.

Zur weiteren Ausdifferenzierung des Konzepts schlagen wir vor, drei (sich überschneidende) Komponenten von Zeitgestaltungskompetenz zu unterscheiden:

- (1) dem Gewahrsein für
 - (a) eigene Bedürfnisse und diejenigen anderer Menschen heute und in Zukunft
 - (b) gegenwärtige Zeitstrukturen, deren Gewordensein und deren Einfluss auf die Befriedigung eigener und der Bedürfnisse anderer sowie
 - (c) die natürlichen Gegebenheiten und Abläufe, in deren Rahmen diese Bedürfnisse befriedigt werden können

- (2) der Handlungsfähigkeit zur gezielten, an den eigenen Bedürfnissen und Zielen orientierte Organisation von Zeit sowie zur Mitgestaltung der sozialen Organisation von Zeit und schließlich

- (3) die Fähigkeit zur Bereitschaft², für die eigene Zeitnutzung wie auch für eigene und die Bedürfnisse anderer Verantwortung zu übernehmen. Dies umfasst insbesondere eine Klarheit bezüglich der eigenen, nachhaltigkeitsorientierten Werte im Rahmen der persönlichen Zeitgestaltung.

Überdies differenzieren wir drei Ebenen von Zeitgestaltungskompetenz, nämlich (a) personale Zeitgestaltungskompetenz, (b) interpersonale Zeitgestaltungskompetenz und (c) transpersonale Zeitgestaltungskompetenz (siehe Abbildung 1).

1. *Personale* Zeitgestaltungskompetenz: Die personale Zeitgestaltungskompetenz ist in etwa gleichbedeutend mit der o.g. Definition nach Freericks. Sie beschreibt also die Fähigkeit des Einzelnen, selbstbestimmt und eigenverantwortlich die Lebenszeit so zu gestalten, dass sie

² Wir teilen in diesem Papier grundsätzlich die Position von Shephard et al. (2018), dass die Motivation auf eine bestimmte Weise zu handeln von der grundsätzlichen Befähigung hierzu unterschieden werden sollte. Während letztere eine Kompetenz beschreibt, ist erstere demgemäß kein Bestandteil von Kompetenz. Die hier vorgeschlagene Bereitschaftskomponente beschreibt allerdings die Fähigkeit, sich seinen eigenen Werten und folglich fundamentalen Handlungsmotivationen im Klaren zu sein und diese folglich in konkreten Handlungssituationen aktivieren zu können.

auch einen Beitrag zur personalen Nachhaltigkeit leistet. Dies umfasst insbesondere auch ein Gewährsein für den persönlichen Chronotypus (Hatzelmann & Held, 2015), d.h. eine Sensibilisierung für die körpereigene Zeit.

2. *Interpersonale* Zeitgestaltungskompetenz: Das interpersonal zeitgestaltungskompetente Individuum besitzt darüber hinaus die Fähigkeit, in seiner Lebensgestaltung auch die Bedürfnisse seines unmittelbaren sozialen Umfelds zu berücksichtigen. Hierfür ist insbesondere ein Gewährsein für die zeitlichen Erfordernisse zur Erfüllung dieser Bedürfnisse Voraussetzung (Zeitempathie).
3. *Transpersonale* Zeitgestaltungskompetenz geht schließlich mit der Fähigkeit einher, kollektive Bedürfnisse gegenwärtiger und zukünftiger Generationen in der eigenen Zeitgestaltung zu berücksichtigen. Dies setzt insbesondere auch ein Gewährsein für soziale Konstruktion und Organisation von Zeitstrukturen sowie ein Verständnis natürlicher Abläufe der Umwelt voraus.

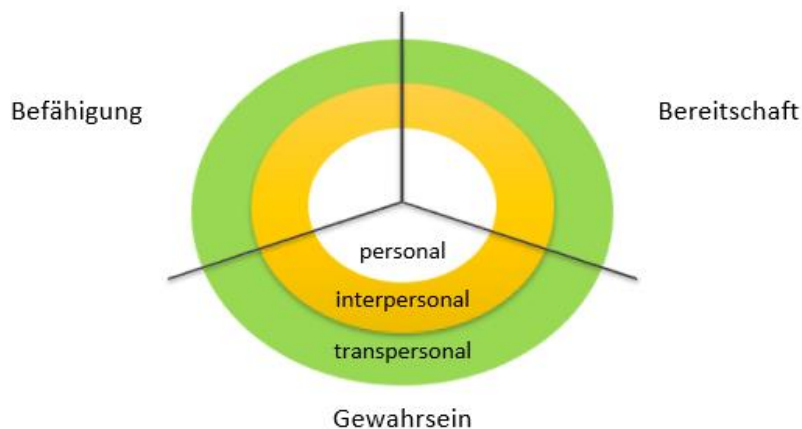


Abbildung 1: Komponenten und Ebenen von Zeitgestaltungskompetenz.

3 Operationalisierbare Aspekte von Zeitgestaltungskompetenz

Das hier entwickelte Verständnis von Zeitgestaltungskompetenz erhebt nicht den Anspruch von Abgeschlossenheit, sondern bleibt im Rahmen des Forschungsprozesses des Lüneburger Arbeitspakets Gegenstand kontinuierlicher Anpassung im Lichte neuer Erkenntnisse aus der qualitativ-empirischen Arbeit. Dennoch ist es ein Ziel des Projektes, das Konzept der Zeitgestaltungskompetenz auch für die quantitative Forschung zugänglich zu machen. Die folgenden Überlegungen stellen dafür erste Vorschläge zur Operationalisierung dar, die sich aus den theoretisch-konzeptionellen Grundlagen des Konzepts sowie den Eindrücken der bis dato durchgeführten Schulinterventionen zur Förderung von Zeitgestaltungskompetenz ergeben.

Für eine sehr allgemeine Erfassung von Zeitgestaltungskompetenz schlagen wir die folgenden Items vor:

Gewahrsein

- personal – Ich bin mir über meine Bedürfnisse und meine eigene Zeitgestaltung bewusst.
- Interpersonal – Ich bin mir über die Bedürfnisse meiner Mitmenschen bewusst und sehe, wie sich meine eigene Zeitgestaltung auf deren Möglichkeit auswirkt, diese Bedürfnisse zu befriedigen.
- Transpersonal – Ich bin mir darüber bewusst, dass mein Handeln einen Einfluss auf die Lebensbedingungen und die Zeitgestaltungsmöglichkeiten anderer hat.

Bereitschaft

- personal – Mir ist es ein Anliegen, meine Zeit so zu gestalten, dass es zur Befriedigung meiner Bedürfnisse beiträgt.
- Interpersonal - Mir ist es ein Anliegen, meine Zeit so zu gestalten, dass es meine Mitmenschen in ihrer Zeitgestaltung und ihrer Möglichkeit ihrer Bedürfnisbefriedigung nicht einschränkt.
- Transpersonal - Mir ist es ein Anliegen, mein Handeln so zu gestalten, dass es andere Menschen in ihrer Zeitgestaltung und ihrer Möglichkeit ihrer Bedürfnisbefriedigung nicht einschränkt.

Befähigung

- personal – Ich weiß, wie ich meine Zeit gestalten kann, um meine eigenen Bedürfnisse zu befriedigen.
- Interpersonal – Ich weiß, wie ich meine Zeit so gestalten kann, dass sie meine Mitmenschen in ihrer Zeitgestaltung und ihrer Möglichkeit ihrer Bedürfnisbefriedigung nicht einschränkt.
- Transpersonal – Ich weiß, wie ich meine Zeit so gestalten kann, dass sie andere Menschen in ihrer Zeitgestaltung und ihrer Möglichkeit ihrer Bedürfnisbefriedigung nicht einschränkt.

Für eine genaue Bestimmung und Messung einzelner Komponenten des Konstrukts „Zeitgestaltungs-kompetenz“ ist denkbar, auf bestehende Skalen zurückzugreifen, in welchen die Gewährseins-, Befähigungs- und Bereitschaftskomponenten des zuvor dargestellten Zeitgestaltungs-kompetenz-Begriffs berücksichtigt werden. So sehen wir wichtige Aspekte von Zeitgestaltungs-kompetenz u.a. in folgenden Skalen bzw. Teilen davon abgedeckt (ausführlich in Appendix 1):

- i. Self-reflection and insight scale (Grant et al., 2002): Deckt die Gewährseins-ebene für innere Zustände und Prozesse ab.
- ii. Personal responsibility scale (Mergler & Shield, 2016): Deckt die Bereitschaft zur eigenverantwortlichen Lebensgestaltung und der Verantwortungsübernahme für andere Bedürfnisse ab.
- iii. Time structure questionnaire (Bond & Feather, 1988; Mudrack, 1997): Deckt die Fähigkeit zur Gestaltung der eigenen Lebenszeit ab.
- iv. Erholungskompetenz (Krajewski et al., 2013): Deckt die Fähigkeit und Bereitschaft des Individuums ab, für sich selbst zu sorgen.

4 Reflexion: Zeitgestaltungskompetenz als Zielgröße der ReZeitKon-Bildungsintervention

Ein Zeitgestaltungskompetenzbegriff wie hier vorgeschlagen erweckt den Eindruck, DIE zentrale Lebenskompetenz schlechthin zu sein, beschreibt sie doch im Kern die Möglichkeit eines glücklichen Lebens im Einklang mit Prinzipien der Nachhaltigkeit. Gleichzeitig stellt sich die Frage, ob es sinnvoll ist, ein solch breiten Zeitgestaltungskompetenzbegriff zu formulieren. Insbesondere ergeben sich Zweifel an der Messbarkeit und am Mehrwert für eine empirische Forschung. Im Folgenden soll begründet werden, wieso wir einen solch weiten Zeitgestaltungskompetenzbegriff für sinnvoll halten.

Zeitlichkeit ist ein unhintergebares Faktum unseres Daseins (Heidegger, 1927). Carl Hale (1993) spricht auch von „der Währung unseres Seins, der Ablauf und die Kontinuität in der Erfahrung einer Lebensspanne“ (S. 89). Leben vollzieht sich mithin immer in der Zeitlichkeit. Ohne Zeitlichkeit ist kein Dasein, folglich kein Handeln, weder in einem nachhaltigen noch einem nicht nachhaltigen Sinne denkbar. Wo es also um eine nachhaltige Gestaltung der Gesellschaft, um nachhaltiges oder nicht nachhaltiges Handeln geht, dort ist die Zeitlichkeit schon immer impliziert.

Im ReZeitKon-Projekt soll der Zusammenhang zwischen Zeit und Nachhaltigkeit explizit gemacht werden. Das subjektive Erleben von Zeit (z.B. als Zeitnot, Zeitwohlstand etc.) und dessen Auswirkungen auf das individuelle Konsumverhalten stellen einen Fokus des Forschungsinteresses dar. Eine zentrale Frage ist hierbei, ob Individuen dazu befähigt werden können, das subjektive Zeiterleben positiv zu gestalten und in Folge dessen nachhaltigere Konsummuster entwickeln.

Den Zusammenhang zwischen Zeitgestaltung und Konsum konzipieren wir dabei über die Unterscheidung von Bedürfnissen (*needs*) und Befriedigern (*satisfiers*). Befriediger können dabei nach Manfred Max-Neef (1992) unterschiedlich „gut“ darin sein, Bedürfnisse zu befriedigen. Max-Neef unterscheidet unterschiedliche Arten von Befriedigern: von synergetischen Befriedigern, die mehrere Bedürfnisse gleichermaßen befriedigen, über Pseudo-Befriediger, die Bedürfnisbefriedigung lediglich simulieren, bis hin zu destruktiven Befriedigern, die die Befriedigung des Bedürfnisses gar verunmöglichen. Wir gehen von der Annahme aus, dass Menschen danach streben, durch ihr Handeln einen hohen Grad an Bedürfnisbefriedigung zu erreichen (=Zweck). Konsum fällt in diesem Zusammenhang jeweils unter einen der genannten Typen von Befriedigern dar und ist lediglich Mittel zum Zweck der Bedürfnisbefriedigung. Zeitgestaltung lässt sich vor diesem Hintergrund als eine notwendige Praktik verstehen, aus einer Reihe möglicher Befriediger zu wählen.

Befriediger lassen sich somit zum einen entlang der Qualität bewerten, mit der sie Bedürfnisse befriedigen. Mit der normativen Idee der Nachhaltigkeit kommen weitere ethische Anforderungen hinzu: So sind die Auswirkungen der Befriediger auf ökologische und sozioökonomische Bedingungen anderer Menschen heute und in Zukunft, ihre berechtigten Bedürfnisse zu befriedigen, einzubeziehen und damit die Frage, inwiefern die Wahl der jeweiligen Befriediger einer gerechten und sicheren Entwicklung der Weltgesellschaft zuträglich ist („safe and just operating space“, Leach et al. 2013).

Für unseren Forschungsansatz im ReZeitKon-Projekt ergeben sich aus den vorangegangenen Überlegungen dreierlei Konsequenzen für den Zeitgestaltungs-kompetenzbegriff:

1. Äußere Zeit ist für alle Individuen gleich. Es ist nicht möglich, im eigentlichen Sinne mehr oder weniger Zeit zu haben. Zeit lässt sich lediglich für unterschiedliche Tätigkeiten allokalieren (die wir mit Blick auf Konsum als Handlungen zur Bedürfnisbefriedigung bzw. Bedürfnisbefriedigungspraktiken konzipieren). Mit anderen Worten: Die äußere, physikalische Zeit lässt sich lediglich unterschiedlich (d.h. durch verschiedene Bedürfnisbefriedigungspraktiken) gestalten. Eine Befähigung zur positiven Gestaltung des eigenen Zeiterlebens (d.h. Zeitgestaltung als Bedürfnisbefriedigung so zu organisieren, dass keine Empfindung des Mangels resultiert) meint dann aber nichts anderes als die Fähigkeit, diese Gestaltung so vorzunehmen, dass eine hohe Qualität an Bedürfnisbefriedigung erreicht wird, was im Kern die Bedeutung von Zeitkompetenz (z.B. gemäß Freericks) ist.
2. Je nachdem, wie selbst- oder fremdbestimmt ich mich dann in meiner Zeitgestaltung wahrnehme, kann dies darin resultieren, dass ich zu wenig Zeit für Tätigkeiten verwende, die meine Bedürfnisse befriedigen bzw. zu viel Zeit mit Dingen verbringe, die meinen Bedürfnissen widersprechen (also Bedürfnisbefriedigung suboptimal organisiere). In beiden Fällen ist das subjektive Wohlergehen – bzw. die oben angesprochene „Qualität der inneren Situation“ – beeinträchtigt. Der Anspruch, das subjektive Zeiterleben zu verbessern, beinhaltet also eine Rückbindung der Zeitgestaltung an die subjektiv erlebte Qualität der Bedürfnisbefriedigung und d.h. an die Qualität der „inneren Situation“ (personale Nachhaltigkeitsdimension).
3. Der Konsumbezug des Projekts verbindet dann die personale Nachhaltigkeitsdimension (subjektiv erlebte hohe Qualität an Bedürfnisbefriedigung) mit den ethischen Anforderungen der Nachhaltigkeit (Ermöglichung der Bedürfnisbefriedigung anderer heute und in Zukunft).

Da sich Konsumhandeln (i) wie jedes Handeln immer in der Zeitlichkeit vollzieht und (ii) immer Bezug auf die subjektiv erlebte Qualität von Bedürfnisbefriedigung nimmt, wird es zum direkten Gegenstand von Zeitkompetenz. Wenn also im Projekt der Anspruch verfolgt wird, individuelle Akteure über Zeitgestaltungskompetenz zu nachhaltigerem Konsumhandeln zu befähigen, ist in letzter Konsequenz die Fähigkeit (und Bereitschaft) ausgesprochen, die eigene Zeitverwendung als gestaltbar zu erkennen und die Wahl der (konsumptiven und nicht-konsumptiven) Befriediger so zu organisieren, das eine hohe Qualität subjektiv erlebter Bedürfnisbefriedigung erreicht wird, ohne durch die Wahl der Befriediger zu riskieren, dass andere Menschen heute und in Zukunft ihre Bedürfnisse nicht befriedigen können.

Mit diesem Verständnis ist gegenüber verbreiteten Ansätzen in der Forschung zum nachhaltigen Konsum, die nachhaltiges Konsumverhalten als Zielvariable verstehen, eine Verschiebung in der Zweck-Mittel-Relation verbunden: Zeitgestaltung als Wahl von Bedürfnisbefriedigern zielt darauf ab, eine hohe Qualität an subjektiv erlebter Bedürfnisbefriedigung zu erreichen. Konsumhandeln bzw. konsumptive Bedürfnisbefriedigungspraktiken werden vom Zweck zum Mittel. Zugleich rücken nicht-konsumptive Bedürfnisbefriedigungspraktiken stärker in den Fokus, denn bisher beschränkt sich die Forschung zum nachhaltigen Konsum in weiten Teilen auf konsumptive Bedürfnisbefriedigungspraktiken. Ein entsprechend erweiterter Forschungsfokus bietet vielversprechende Möglichkeiten, personale (subjektiv erlebte hohe Qualität an Bedürfnisbefriedigung) und interpersonale nachhaltigkeitsethische Zwecksetzungen (Ermöglichung der Bedürfnisbefriedigung anderer heute und in Zukunft) gleichermaßen zu realisieren.

Zusammenfassend lässt sich festhalten: Wo die individuelle Zeitgestaltung in Bezug gesetzt wird zu eigenen Bedürfnissen und denen anderer, wird Zeitgestaltungskompetenz zur nachhaltigen Lebenskompetenz schlechthin. Wenngleich wir die Grenzen der hier vorgeschlagenen Definition von Zeitgestaltungskompetenz für die Operationalisierung und Messung anerkennen, erscheint es uns für die ReZeitKon-Bildungsintervention notwendig, Zeitgestaltungskompetenz nicht unspezifisch und unabhängig von nachhaltigkeitsbezogener Gestaltungskompetenz (de Haan & Harenberg, 1999) zu definieren und durch die Bildungsintervention zu fördern: Vielmehr plädieren wir dafür, sie als ein integriertes Lernziel zu konzipieren und Zeitverwendung/gestaltung (verstanden als Bedürfnisbefriedigungspraktik) in direktem Zusammenhang zu nachhaltigem Konsum zu verstehen und mit den Schüler*innen auf diese Weise im Rahmen der Bildungsintervention zu untersuchen.

Literatur

- Bond, M. J., & Feather, N. T. (1988). Some correlates of structure and purpose in the use of time. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(2), 321–329. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.55.2.321>
- Buddrus, V. (1995). Zeitkompetenz - Skizze eines Trainingskonzepts. *Spektrum Freizeit*, 17, S. 86 – 106
- Claessens, B. J.C., Eerde, W. V., Rutte, C. G., & Roe, R. A. (2007). A review of the time management literature. *Personnel Review*, 36(2), 255–276. <https://doi.org/10.1108/00483480710726136>
- Deutsche Gesellschaft für Zeitpolitik (DGfZP)(2005). Zeit ist Leben. Manifest der Deutschen Gesellschaft für Zeitpolitik. http://www.zeitpolitik.de/pdfs/ZP_Manifest.pdf, 19. Dezember 2019
- Di Giulio, A., Brohmann, B., Clausen, J., Defila, R., Fuchs, D. A., Kaufmann-Hayoz, R. et al. (2011). Bedürfnisse und Konsum – ein Begriffssystem und dessen Bedeutung im Kontext von Nachhaltigkeit. In R. Defila, A. Di Giulio & R. Kaufmann-Hayoz (Hrsg.), *Wesen und Wege nachhaltigen Konsums. Ergebnisse aus dem Themenschwerpunkt "Vom Wissen zum Handeln - Neue Wege zum nachhaltigen Konsum"* (S. 47–72). München: Oekom.
- Fischer, D., Michelsen, G., Blättel-Mink, B., & Di Giulio, A. (2011). Nachhaltiger Konsum: Wie lässt sich Nachhaltigkeit im Konsum beurteilen? In R. Defila, A. Di Giulio, & R. Kaufmann-Hayoz (Eds.), *Wesen und Wege nachhaltigen Konsums. Ergebnisse aus dem Themenschwerpunkt "Vom Wissen zum Handeln - Neue Wege zum nachhaltigen Konsum"* (pp. 73–88). München: Oekom.
- Freericks, R. (1996). Zeitkompetenz. Ein Beitrag zur theoretischen Grundlegung der Freizeitpädagogik. Baltmannsweiler, Schneider Verlag Hohengehren
- Galak, J., Kruger, J., & Loewenstein, G. (2011). Is Variety the Spice of Life? It All Depends on the Rate of Consumption. *Judgment and Decision Making*, 6(3), 230–238. Retrieved from <http://journal.sjdm.org/11/10624/jdm10624.html>
- Galak, J., Kruger, J., & Loewenstein, G. (2013). Slow down! insensitivity to rate of consumption leads to avoidable satiation. *Journal of Consumer Research*, 39(5), 993–1009. <https://doi.org/10.1086/666597>
- Grant, A. M., Franklin, J., & Langford, P. (2002). The self-reflection and insight scale: A new measure of private self-consciousness. *Social Behavior and Personality: an International Journal*, 30(8), 821–835. <https://doi.org/10.2224/sbp.2002.30.8.821>

- Haan, G. de & Harenberg, D. (1999). Bildung für eine nachhaltige Entwicklung. Gutachten zum Programm (Materialien zur Bildungsplanung und Forschungsförderung, Bd. 72). Bonn: Bundesländer-Kommission.
- Hale, C. S. (1993). Time Dimensions and the Subjective Experience of Time. *Journal of Humanistic Psychology*, 33(1), 88–105. <https://doi.org/10.1177/0022167893331006>
- Hatzelmann, E. & Held, M. (2015). Zeitkompetenz – mehr als Zeitmanagement. *Zeitschrift für Arbeitswissenschaft*, 69(1), 53–57
- Heidegger, M. (1927). *Sein und Zeit*. Halle (Saale): Niemeyer.
- Held, M. & Geißler, K.A. (Hrsg.)(2000). *Ökologie der Zeit. Vom Finden der rechten Zeitmaße*. 2. Auflage, Stuttgart: Hirzel Verlag.
- Herrmann, A. (2009). *Geordnete Zeiten? Grundlagen einer integrativen Zeittheorie*. Münster: Verlag westfälisches Dampfboot.
- Krajewski, J., Seiler, K., & Schnieder, S. (2013). I did it my way - wie sich Erholungskompetenz messen lässt. *Wirtschaftspsychologie Aktuell*, 20(4), 13–16.
- Leach, M. A., Raworth, K., & Rockström, J. (2013). Between social and planetary boundaries: Navigating pathways in the safe and just space for humanity. In International Social Science Council (ISSC) & United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO) (Eds.), *World Social Science Report. Changing Global Environments* (pp. 84–89). Paris: OECD Publishing and UNESCO Publishing.
- Max-Neef, M. (1992). Development and human needs. In P. Ekins & M. Max-Neef (Eds.), *Real-life economics: Understanding wealth creation* (pp. 197–214). London: Routledge.
- Mergler, A., & Shield, P. (2016). Development of the Personal Responsibility Scale for adolescents. *Journal of Adolescence*, 51, 50–57. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.05.011>
- Mudrack, P. E. (1997). The Structure of Perceptions of Time. *Educational and Psychological Measurement*, 57(2), 222–240. <https://doi.org/10.1177/0013164497057002003>
- Parodi, O. & Tamm, K. (2018). *Personal Sustainability. Exploring the Far Side of Sustainable Development*. London, Routledge
- Reheis, F. (2006). *Entschleunigung: Abschied vom Turbokapitalismus*, München, Riemann-Verlag
- Reisch, L.A. (2015). *Time Policies for a Sustainable Society*. Cham, Springer
- Seiwert, L. (2006). *Das neue 1x1 des Zeitmanagement*. Heidelberg
- Shephard, K., Rieckmann, M., & Barth, M. (2018). Seeking sustainability competence and capability in the ESD and HESD literature: An international philosophical hermeneutic analysis. *Environmental Education Research*, 25(4), 532-547.

Weinert, F. E. (2002). Vergleichende Leistungsmessung in Schulen - eine umstrittene Selbstverständlichkeit. In F. E. Weinert (Hrsg.), Leistungsmessungen in Schulen (Beltz Pädagogik, 2. Aufl., S. 17–31). Weinheim: Beltz.