

DGB-Index
Gute Arbeit



Kompakt 02/2026

Durchhalten bis zur Rente?

Eine Frage der Arbeitsbedingungen

Durchhalten bis zur Rente?

Eine Frage der Arbeitsbedingungen

Das gesetzliche Renteneintrittsalter legt die Grenze fest, ab der Versicherte die gesetzliche Altersrente ohne Abschläge beziehen können. Viele Beschäftigte erreichen diese Altersgrenze jedoch nicht. Neben der allgemeinen gesundheitlichen Situation spielen dafür auch die Arbeitsbedingungen eine zentrale Rolle.

Die Frage der Arbeitsfähigkeit bis zum Renteneintrittsalter wird in der repräsentativen Beschäftigtenbefragung des DGB-Index Gute Arbeit durch eine Selbsteinschätzung der Befragten erhoben. Die Antworten sind ein Indikator für die Belastungssituation der Beschäftigten am Arbeitsplatz. Die vorliegende Auswertung berücksichtigt die Befragungsergebnisse der Jahre 2022 bis 2026. Der zentrale Befund ist alarmierend: 40 Prozent der Beschäftigten können sich nicht vorstellen, unter den aktuellen Bedingungen bis zum Rentenalter durchzuhalten.

Die Einschätzung der zukünftigen Arbeitsfähigkeit ist eng mit der konkreten Arbeitssituation verknüpft. In der Auswertung wurden alle 42 Merkmale der Arbeitsbedingungen, die im DGB-Index Gute Arbeit erhoben werden, daraufhin analysiert, wie sie die Selbsteinschätzung der Beschäftigten beeinflussen. Dabei wird deutlich, dass die Chancen, das Rentenalter zu erreichen, vor allem dann optimistischer eingeschätzt werden, wenn:

- die körperliche Belastung gering ist,
- die Handlungsspielräume bei der Arbeit groß sind,
- Beschäftigte bei der Arbeit wenig Lärm ausgesetzt sind,
- sich die Arbeitsintensität auf einem verträglichen Niveau befindet,
- lange Arbeitszeiten vermieden werden,
- es eine gute Betriebliche Gesundheitsförderung gibt.

Die Befunde unterstreichen die Konsequenzen körperlicher und psychischer Belastungen für die Gesundheit und die Arbeitsfähigkeit der Beschäftigten. Alters- und altersgerechte Arbeitsbedingungen sind die Voraussetzung dafür, dass Menschen gesund bis zum Rentenalter arbeiten können. Mit Prävention und Gesundheitsförderung haben Betriebe und Dienststellen entscheidende Hebel für den Erhalt der Arbeitsfähigkeit der Beschäftigten in der eigenen Hand.

Zentrale Ergebnisse

- Lediglich die Hälfte der Befragten (53 Prozent) rechnet damit, ihre Arbeit unter den aktuellen Bedingungen bis zum Rentenalter ausüben zu können. 40 Prozent gehen nicht davon aus, dass sie so lange durchhalten werden.
- In einer Reihe von Berufsgruppen bewerten die Beschäftigten ihre künftige Arbeitsfähigkeit deutlich pessimistischer. Betroffen sind z.B. Berufe in der Klempnerei, in der Pflege, Bauberufe sowie Erzieher*innen.
- Verschiedene Merkmale der Arbeitsbedingungen haben starke Auswirkungen auf die Selbsteinschätzung der Beschäftigten. Je höher die Belastungssituation ist, desto pessimistischer wird die zukünftige Arbeitsfähigkeit eingeschätzt. Das gilt für
 - **Körperlich schwere Arbeit:** Wenn sehr häufig körperlich schwer gearbeitet wird, gehen 72 Prozent davon aus, nicht bis zur Rente durchzuhalten.
 - **Lärm oder laute Umgebungsgeräusche:** Wenn Beschäftigte bei der Arbeit sehr häufig Lärm ausgesetzt sind, gehen 61 Prozent davon aus, nicht bis zur Rente durchzuhalten.
 - **Zeitdruck:** Wenn sehr häufig unter Zeitdruck gearbeitet wird, gehen 59 Prozent davon aus, nicht bis zur Rente durchzuhalten.
 - **Lange Arbeitszeiten:** Je länger die Wochenarbeitszeit ist, desto größer wird der Anteil derjenigen, die davon ausgehen, nicht bis zur Rente durchzuhalten.
 - **Fehlende Handlungsspielräume:** Wenn Beschäftigte keinen Spielraum bei der Planung und Einteilung der eigenen Arbeit haben, gehen 55 Prozent davon aus, nicht bis zur Rente durchzuhalten.
 - **Fehlende Betriebliche Gesundheitsförderung:** Beschäftigte, in deren Betrieben keine Maßnahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung durchgeführt werden, gehen zu 46 Prozent davon aus, nicht bis zur Rente durchzuhalten.

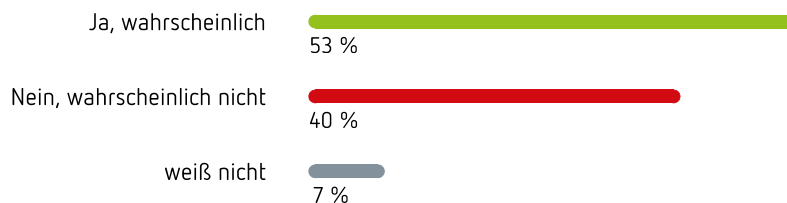
Durchhalten bis zur Rente?

Die Selbsteinschätzung der Beschäftigten hinsichtlich ihrer zukünftigen Arbeitsfähigkeit ist ein wichtiger Indikator für die Gesundheits- und Belastungssituation von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern. Sie hat für die Arbeitsmedizin und Arbeitswissenschaften eine große Bedeutung, weil die subjektive Bewertung der Beschäftigten eine verlässliche Vorhersage für tatsächliche zukünftige Arbeitsausfälle und Frühverrentungen darstellt.

Im DGB-Index Gute Arbeit wird nach der Arbeitsfähigkeit bis zum gesetzlichen Renteneintrittsalter gefragt. Dabei sollen die Befragten ihren Gesundheitszustand und die Anforderungen ihrer aktuellen Arbeitssituation berücksichtigen. Lediglich die Hälfte der Befragten (53 Prozent) geht davon aus, ihre Tätigkeit ohne Einschränkung bis zur Rente durchhalten zu können, 40 Prozent rechnen nicht damit.

Abb. 1

Meinen Sie, dass Sie unter den derzeitigen Anforderungen Ihre jetzige Tätigkeit bis zum gesetzlichen Rentenalter ohne Einschränkung ausüben können?



Die Frage nach der künftigen Arbeitsfähigkeit wird von Männern etwas positiver eingeschätzt als von Frauen. Während bei den Männern 55 Prozent davon ausgehen, bis zur Rente durchhalten zu können, sind es bei den Frauen 51 Prozent.

Mit Blick auf **Altersgruppen** fallen vor allem zwei Werte auf: Die Gruppe der jüngeren Befragten (unter 25 Jahre) gibt die pessimistischsten Einschätzungen ab. Hier sind es nur 46 Prozent, die davon ausgehen, ihre Tätigkeit bis zur Rente ausüben zu können. Überdurchschnittlich ist dieser Anteil mit 58 Prozent dagegen in der Gruppe der älteren (55 Jahre und mehr). Die optimistischeren Bewertungen der Älteren können mit der kürzeren Strecke bis zum Renteneintritt zusammenhängen. Auch der „Healthy Worker Effekt“ könnte hier zum Tragen kommen. Damit ist gemeint, dass gesundheitlich beeinträchtigte Personen im Schnitt früher aus dem Erwerbsleben ausscheiden als gesunde Beschäftigte, so dass eher Ältere mit besserem Gesundheitszustand an Beschäftigtenbefragungen teilnehmen.

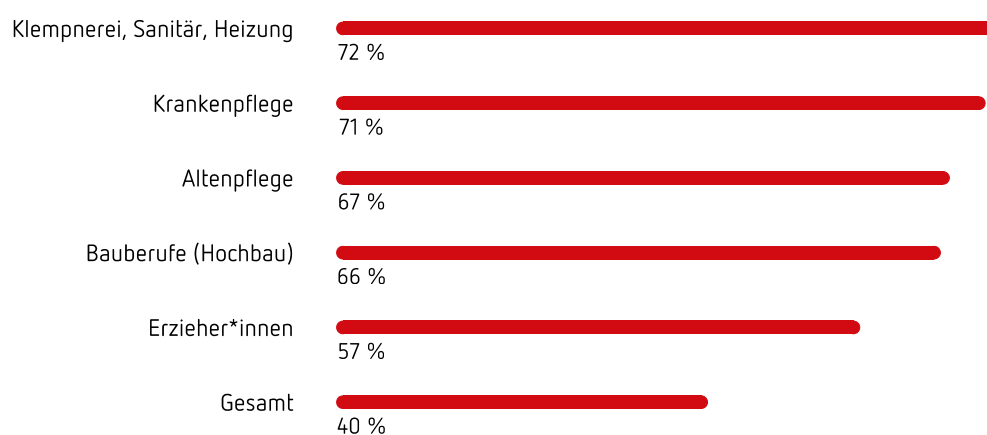
Berufsgruppen

Die Einschätzung der zukünftigen Arbeitsfähigkeit unterscheidet sich stark nach Berufsgruppen. In einigen Berufen geht lediglich eine Minderheit der Befragten davon aus, bis zum Renteneintrittsalter arbeiten zu können. In Abbildung 2 werden exemplarisch verschiedene Berufe aufgeführt, in denen die Selbsteinschätzung überdurchschnittlich schlecht ausfällt.

In der Berufsgruppe Klempnerei/Sanitär/Heizung erwarten 72 Prozent der Befragten, ihren Beruf nicht bis zum Rentenalter ausüben zu können. Dicht dahinter folgen Beschäftigte in der Kranken- und Altenpflege sowie in den (Hoch-)Bauberufen. Aber auch in der Berufsgruppe der Erzieher*innen geht deutlich mehr als die Hälfte der Befragten davon aus, ihren Beruf nicht bis zum Rentenalter ausüben zu können.

Abb. 2

Berufsgruppen mit überdurchschnittlich hohen Anteilen von Beschäftigten, die nicht davon ausgehen, bis zur Rente durchhalten zu können



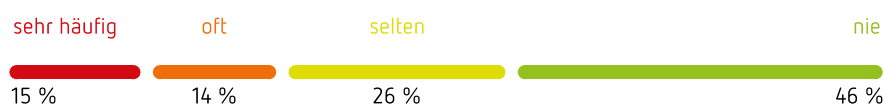
Berufsgruppen unterscheiden sich im Hinblick auf typische Anforderungen und Belastungen. Die Unterschiede bei den Berufsgruppen geben damit bereits einen deutlichen Hinweis auf die Relevanz der Arbeitsbedingungen für die Einschätzung der künftigen Arbeitsfähigkeit. Noch deutlicher zeigt sich dieser Befund, wenn, wie im Folgenden, einzelne Merkmale der Arbeitsbedingungen in den Blick genommen werden.

Körperlich schwere Arbeit

Hohe körperliche Anforderungen bei der Arbeit haben einen starken Effekt auf die Einschätzung der künftigen Arbeitsfähigkeit. Sichtbar wird dieser Zusammenhang bei Beschäftigten, die regelmäßig schwere Lasten bewegen. Insgesamt geben 15 Prozent der Befragten an, sehr häufig körperlich schwer zu arbeiten, weitere 14 Prozent tun dies oft (Abb. 3).

Abb. 3

Wie häufig kommt es vor, dass Sie körperlich schwer arbeiten müssen, z.B. schwer heben, tragen oder stemmen?

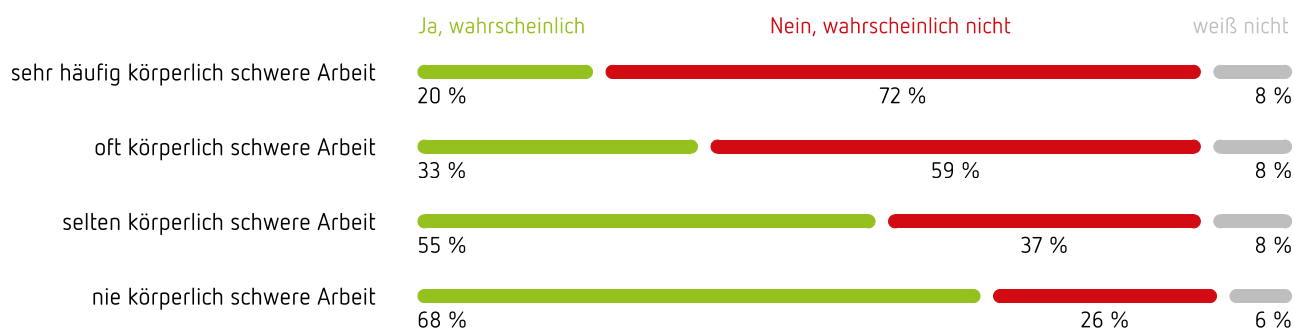


Von den Beschäftigten, die sehr häufig körperlich schwer arbeiten, geben knapp drei Viertel an, ihre Tätigkeit wahrscheinlich nicht bis zur Rente ausüben zu können (Abb.4). Nimmt die Häufigkeit der körperlichen Belastung ab, sinkt dieser Anteil und erreicht 26 Prozent bei denen, die nie körperlich schwer arbeiten.

Umgekehrt steigt der Anteil derjenigen, die davon ausgehen bis zur Rente durchhalten zu können, von lediglich 20 Prozent bei sehr häufiger schwerer körperlicher Arbeit auf 68 Prozent in der Gruppe derjenigen, die bei ihrer Arbeit dieser Belastung nie ausgesetzt sind.

Abb. 4

Körperlich schwere Arbeit und Durchhalten bis zur Rente

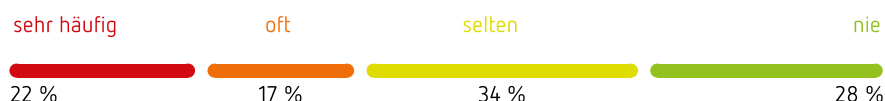


Lärm

22 Prozent aller Beschäftigten berichten, dass sie bei ihrer Arbeit sehr häufig Lärm oder lauten Umgebungsgeräuschen ausgesetzt sind. Bei 17 Prozent ist dies oft der Fall (Abb. 5). Das betrifft nicht nur Beschäftigte in Industriebetrieben, sondern z.B. auch Erzieherinnen und Erzieher. Lärm ist ein Belastungsfaktor, der sowohl körperlich als auch psychisch auf die Betroffenen einwirkt.

Abb. 5

Wie häufig kommt es vor, dass Sie an Ihrem Arbeitsplatz Lärm oder lauten Umgebungsgeräuschen ausgesetzt sind?

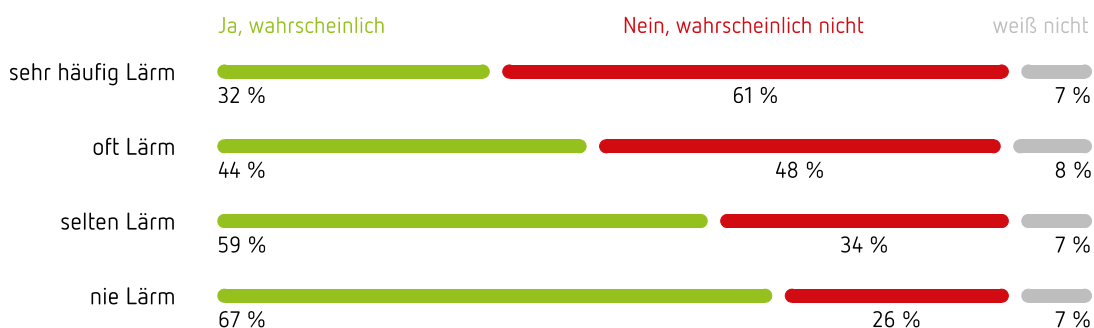


Auch bei Lärmbelastung zeigt sich ein deutlicher Zusammenhang zu der Einschätzung, ob die Tätigkeit bis zum Rentenalter ausgeübt werden kann. Beschäftigte, die bei der Arbeit sehr häufig Lärm ausgesetzt sind, gehen zu 61 Prozent davon aus, nicht bis zur Rente durchhalten zu können (Abb. 6). Bei denen, die von Lärm komplett verschont bleiben, liegt dieser Anteil bei 26 Prozent.

Einen optimistischen Blick auf die Arbeitsfähigkeit haben 67 Prozent der Befragten, die nicht von Lärm betroffen sind. Je weniger die Arbeit durch Lärmbelastung geprägt ist, desto größer ist der Anteil der Beschäftigten, die davon ausgehen, bis zur Rente durchhalten zu können.

Abb. 6

Lärmbelastung und Durchhalten bis zur Rente



Zeitdruck

Arbeiten unter Zeitdruck ist ein wichtiger Indikator für eine hohe Arbeitsintensität und eine ausgeprägte psychische Belastung. Zeitdruck ist in der Arbeitswelt weit verbreitet. Ein Fünftel aller Befragten fühlt sich bei der Arbeit sehr häufig gehetzt, bei weiteren 29 Prozent ist dies oft der Fall (Abb. 7).

Abb. 7

Wie häufig fühlen Sie sich bei der Arbeit gehetzt oder stehen unter Zeitdruck?

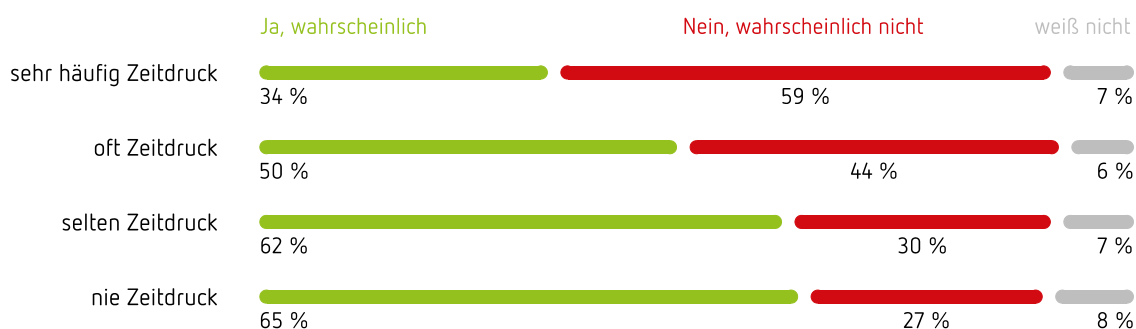


Wenn Zeitdruck den Arbeitsalltag prägt, fällt die Einschätzung der künftigen Arbeitsfähigkeit pessimistisch aus. Knapp 60 Prozent derjenigen, die sich bei der Arbeit sehr häufig gehetzt fühlen, gehen nicht davon aus, bis zur Rente durchhalten zu können (Abb. 8). Bei Beschäftigten, die selten oder nie unter Zeitdruck arbeiten, liegt dieser Anteil bei 30 Prozent.

Starker Zeitdruck beeinflusst die Selbsteinschätzung der künftigen Arbeitsfähigkeit negativ. Tritt er sehr häufig auf, geht ein Drittel der Befragten davon aus, die aktuelle Tätigkeit bis zum Rentenalter ausüben zu können. Beschäftigte ohne Zeitdruck gehen zu zwei Dritteln davon aus, durchhalten zu können.

Abb. 8

Zeitdruck und Durchhalten bis zur Rente



Tatsächliche Arbeitszeit

Die Länge der Arbeitszeit ist ein zentrales Merkmal der Arbeitsbedingungen. Sie ist entscheidend für das Verhältnis von Arbeit und Erholung. Die Arbeitszeitdauer bestimmt zudem, wie lange Beschäftigte den verschiedenen Belastungsfaktoren ihrer konkreten Arbeitssituation ausgesetzt sind.

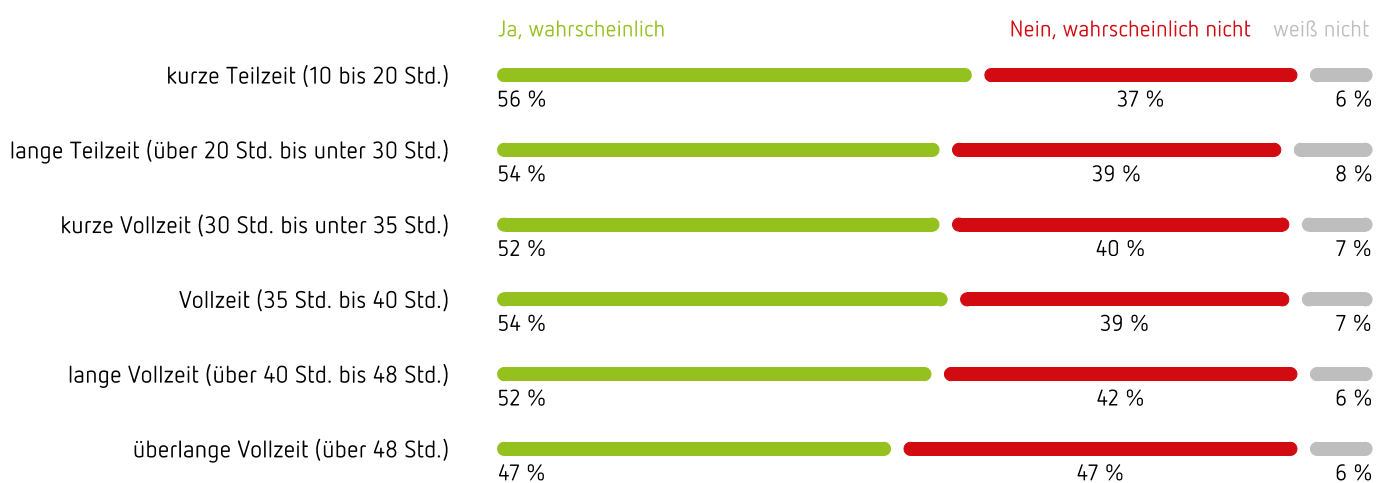
Aus der arbeitswissenschaftlichen Forschung ist bekannt, dass lange und überlange Arbeitszeiten mit gesundheitlichen Risiken verbunden sind. Sie beeinträchtigen die Konzentrationsfähigkeit, führen zu Ermüdung und Erschöpfung und erhöhen das Unfallrisiko. Beschäftigte, die über einen längeren Zeitraum sehr lange Arbeitszeiten aufweisen, haben darüber hinaus auch erhöhte Risiken für Burnout, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und weitere Erkrankungen.

In der Selbsteinschätzung der Beschäftigten über ihre künftige Arbeitsfähigkeit spiegeln sich diese Gesundheitsrisiken wider. In Abbildung 9 werden die durchschnittlichen tatsächlichen Wochenarbeitszeiten (inklusive Überstunden und Mehrarbeit) betrachtet. Dabei werden sechs Arbeitszeitgruppen unterschieden, die von „kurzer Teilzeit“ (10 bis 20 Stunden pro Woche) bis „überlanger Vollzeit“ (mehr als 48 Stunden pro Woche) reichen.

Sichtbar wird ein Trend: Je länger die Wochenarbeitszeit ist, desto größer wird der Anteil derjenigen, die nicht davon ausgehen, bis zur Rente durchhalten zu können. Bei „kurzer Teilzeit“ geben dies 37 Prozent an, bei „überlanger Vollzeit“ sind es 47 Prozent.

Abb. 9

Tatsächliche Wochenarbeitszeit und Durchhalten bis zur Rente

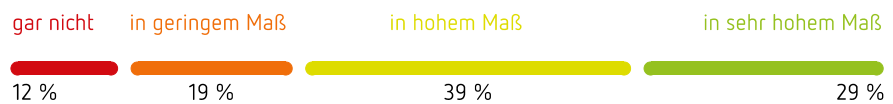


Selbständige Planung

Neben den körperlichen und psychischen Belastungen spielen die Handlungsspielräume, die Beschäftigte bei ihrer Arbeit haben, eine wichtige Rolle für den Erhalt der Arbeitsfähigkeit. Die Möglichkeit, die eigene Tätigkeit selbstbestimmt planen und einteilen zu können, besteht für 29 Prozent in sehr hohem Maß, für 39 Prozent in hohem Maß (Abb. 10). 19 Prozent verfügen über geringe, 12 Prozent über keine Handlungsspielräume.

Abb. 10

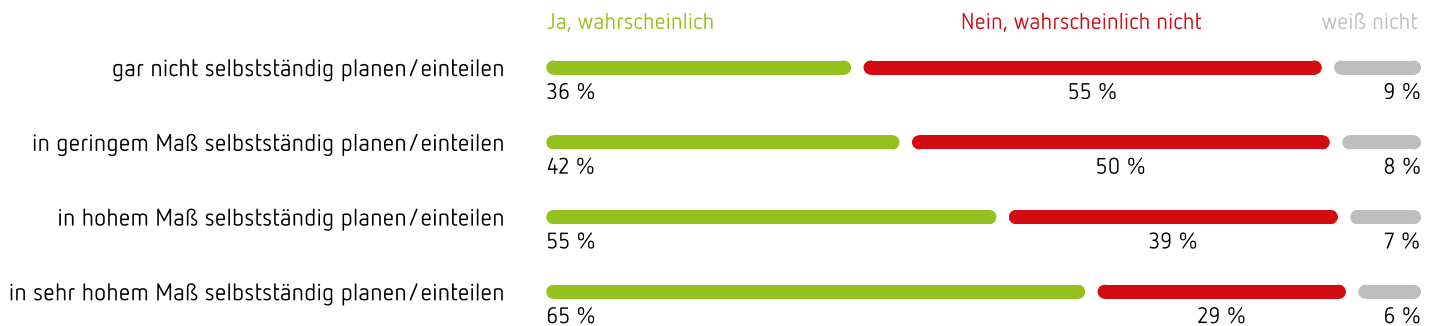
Können Sie Ihre Arbeit selbständig planen und einteilen?



Je mehr Autonomie Beschäftigte bei der Ausübung ihrer Tätigkeit besitzen, desto eher gehen sie davon aus, bis zum Rentenalter durchhalten zu können. In der Gruppe derjenigen, die in sehr hohem Maß selbständig planen kann, sind es 65 Prozent (Abb. 11). Je geringer die Autonomie ist, desto pessimistischer fällt die Einschätzung aus. Bei Tätigkeiten, die vollständig fremdbestimmt sind, geben noch 36 Prozent an, dass sie sich vorstellen können, ihre Arbeit bis zur Rente ausüben zu können.

Abb. 11

Selbständige Planung und Durchhalten bis zur Rente



Betriebliche Gesundheitsförderung

Welche Aufmerksamkeit bekommt das Thema Gesundheit im betrieblichen Kontext? Werden Maßnahmen ergriffen, um die Gesundheit und Arbeitsfähigkeit der Beschäftigten zu schützen? Ein Indikator hierfür sind die auf betrieblicher Ebene eingesetzten Maßnahmen der Gesundheitsförderung.

Insgesamt berichtet nur eine Minderheit der Befragten von entsprechenden betrieblichen Maßnahmen. Acht Prozent bewerten diese als „in sehr hohem Maß“ ausreichend, 23 Prozent „in hohem Maß“ (Abb. 12). Etwas mehr als die Hälfte der Befragten verfügt über keinerlei Maßnahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung.

Abb. 12

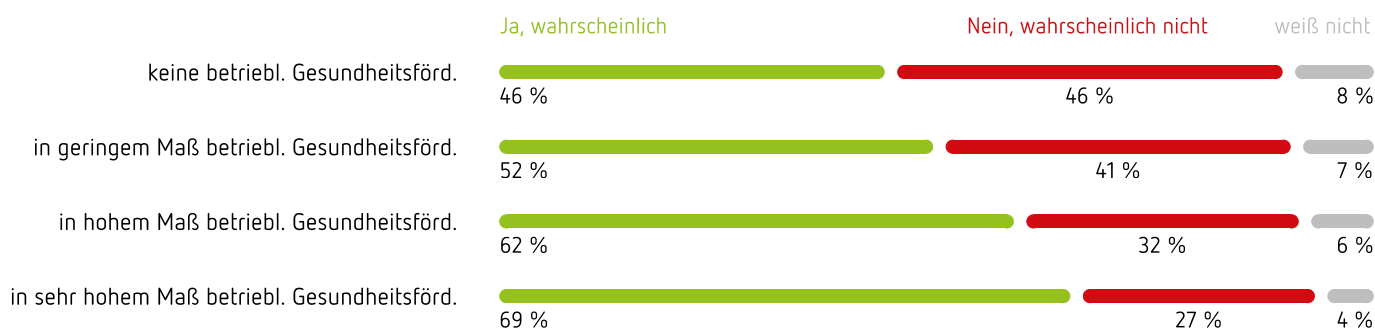
Ausreichende betriebliche Maßnahmen der Gesundheitsförderung?



Gibt es Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung, die von Beschäftigten in sehr hohem Maß als ausreichend bewertet werden, können sich 69 Prozent der Beschäftigten vorstellen, bis zur Rente durchzuhalten (Abb. 13). Je negativer die betriebliche Gesundheitsförderung bewertet wird, desto geringer fällt dieser Anteil aus. Beschäftigte, deren Betriebe keine betriebliche Gesundheitsförderung haben, gehen nur noch zu 46 Prozent davon aus, ihre Tätigkeit bis zum Rentenalter ausüben zu können.

Abb. 13

Betriebliche Gesundheitsförderung und Durchhalten bis zur Rente



Methodische Hinweise

Die vorliegende Auswertung zum Thema „Durchhalten bis zur Rente?“ basiert auf den Daten der bundesweit repräsentativen Beschäftigtenbefragung „DGB-Index Gute Arbeit“. Mit dem DGB-Index Gute Arbeit werden in Deutschland beschäftigte Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer (ohne Auszubildende) zur Qualität ihrer Arbeitsbedingungen befragt. Die jährliche telefonische Erhebung (CATI) beruht auf einer Zufallsstichprobe abhängig Beschäftigter mit einer Wochenarbeitszeit von mindestens 10 Stunden.

Für die Auswertung wurden die Daten des Erhebungsjahre 2022 bis 2026 zusammengefasst. In den fünf Erhebungswellen wurden 27.989 Arbeitnehmer*innen zu ihren Arbeitsbedingungen befragt.

Ziel der Analyse war die Identifikation von Arbeitsbedingungen, die mit der Einschätzung der zukünftigen Arbeitsfähigkeit in einem statistisch signifikanten Zusammenhang stehen. Hierzu wurde ein logistisches Regressionsmodell mit der Einschätzung der zukünftigen Arbeitsfähigkeit als abhängiger Variable geschätzt. Als unabhängige Variablen wurden alle 42 Merkmale der Arbeitsqualität, die den DGB-Index Gute Arbeit bilden, gemeinsam in das Modell aufgenommen. Zusätzlich wurden das Alter der Befragten, ihr Geschlecht, der Ausbildungsabschluss, der Arbeitsort (Bundesland), die Länge der Arbeitszeit, der Berufsbereich nach der amtlichen Klassifikation der Berufe (KldB 2010) sowie das Anforderungsniveau als Kontrollvariablen berücksichtigt. Zur Veranschaulichung werden in diesem Kompakt ausgewählte bivariate Zusammenhänge derjenigen Merkmale der Arbeitsqualität dargestellt, die sich im multivariaten Regressionsmodell als statistisch signifikant erwiesen haben.

Wenn in der Darstellung von „Durchschnitt“ oder „Mittelwert“ gesprochen wird, ist immer das gewichtete arithmetische Mittel gemeint. Alle Ergebnisse wurden mit Hilfe von Gewichtungsfaktoren berechnet.

Die angegebenen Prozentzahlen und Indexwerte sind auf ganze Zahlen aufgerundet. Die Rundung der Zahlen auf ganzzahlige Werte kann in einzelnen Fällen dazu führen, dass sich Prozentzahlen, z. B. bei Darstellungen von Häufigkeiten, nicht exakt zu 100 Prozent addieren.

Impressum

Durchhalten bis zur Rente? Eine Frage der Arbeitsbedingungen

DGB-Index Gute Arbeit Kompakt 02/2026
Juli 2026

Herausgeber:
Institut DGB-Index Gute Arbeit
Redaktion: Rolf Schmucker und Robert Sinopoli
Keithstraße 1
10787 Berlin
web: www.dgb-index-gute-arbeit.de
mail: index-gute-arbeit@dgb.de

Presserechtlich verantwortlich:
Oliver Suchy
Deutscher Gewerkschaftsbund
Keithstraße 1
10787 Berlin

Nachdruck von Texten und Grafiken nur mit Quellenangabe