

Bessere Vereinbarkeit sichert Versorgung: ein AGZ Projekt im Fokus

Vereinbarkeit von Arztberuf und Privatleben stärken

Viele Ärztinnen und Ärzte verlassen ihren Beruf früh – oft wegen mangelnder Vereinbarkeit von Arbeit und Privatleben. Das gefährdet die medizinische Grundversorgung. Ein AGZ-Projekt hilft ihnen, praxistaugliche Strategien für bessere Vereinbarkeit zu finden.

Begleitet wird das Projekt von der Fachstelle UND mit namhafter finanzieller Unterstützung vom Eidgenössischen Büro für die Gleichstellung von Mann und Frau (EBG). Eine im Rahmen des Vor-Projekts durchgeführte Umfrage zeigt die Bedarfslage bei der Zürcher Ärzteschaft deutlich auf: jede dritte befragte Ärztin bzw. jeder dritte Arzt ist mit der Vereinbarkeit von Beruf, Familien- und Privatleben aufgrund diverser Belastungsfaktoren unzufrieden. Für Dr. Daniela Zeller-Simmerl, praktizierende Chirurgin, Vizepräsidentin der AGZ und Initiatorin des Projekts **«Vereinbarkeit von Arztberuf und Privatleben»**, ist die Förderung guter Rahmenbedingungen deshalb entscheidend: «Nur wenn wir attraktive Arbeitsbedingungen schaffen, können wir Ärztinnen und Ärzte langfristig im Beruf halten und so die Patientenversorgung sicherstellen.»

Umfrage zeigt: Vereinbarkeit ist wichtig

Die Unzufriedenheit mit der Work-Life-Balance ist ein zentrales Ergebnis der Studie: 35 % der befragten Ärztinnen und Ärzte empfinden ihre Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben als unbefriedigend oder sogar sehr unbefriedigend. Besonders betroffen sind Alleinerziehende: Nur 52 % von ihnen geben an, mit ihrer Work-Life-Balance zufrieden zu sein. Auch unter selbständig Arbeitstätigen, die ein Arbeitspensum von über 100 % erfüllen, ist die Zufriedenheit mit lediglich 41 % besonders niedrig. Von den Ärztinnen und Ärzten, die umfangreiche Angehörigenpflege übernehmen, können nur 34 % die privaten Bedürfnisse in die Einsatzplanung einbringen.

Die Befragten nennen vor allem lange Arbeitszeiten, Überstunden und fehlende Überstundenregelung, lange Arbeitswege und ein stetig zunehmender administrativer Aufwand als Hauptursachen für eine schlechte Work-Life-Balance. Hinzu kommt eine hohe Arbeitsbelastung, insbesondere in Einzelpraxen. Unflexible Arbeitszeiten und Schichtarbeit erschweren zudem die Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben, vor allem bei der Sicherstellung der Kinderbetreuung und Pflege von Angehörigen. Ein weiterer belastender Faktor ist der geringe Einfluss auf Einsatzplanung und Überstundenregelung sowie fehlende Möglichkeiten zu unbezahltem Urlaub. Besonders Eltern und pflegende Angehörige fühlen sich oft benachteiligt, was sich auch in ihrer beruflichen Entwicklung widerspiegelt.

Positiv auf die Work-Life-Balance wirken sich Teilzeitarbeit, zeitliche Flexibilität und ein unterstützendes berufliches Umfeld aus. Selbständige Ärztinnen und Ärzte schätzen zwar ihre grössere Autonomie, leiden jedoch unter dem zunehmenden Kostendruck, was sich in langen Arbeitstagen mit Verzicht auf Privatleben niederschlägt.

Auch die befragten Arbeitgebenden messen der Vereinbarkeit eine hohe Bedeutung bei. Sie sehen darin zahlreiche Vorteile für ihre Betriebe, wie motiviertere Mitarbeitende oder geringere Ausfallzeiten. Gleichzeitig stehen sie vor Herausforderungen – etwa der Sicherstellung der Patientenbetreuung, erhöhtem Koordinationsaufwand oder der Finanzierung unterstützender Angebote. Je nach Praxistyp und Betriebsgrösse unterscheiden sich die konkreten Lösungsansätze zur Verbesserung der Vereinbarkeit. Die Vorschläge von Arbeitnehmenden und Arbeitgebenden zur Verbesserung der Vereinbarkeit ähneln sich jedoch stark: Reduktion des Arbeitsvolumens,

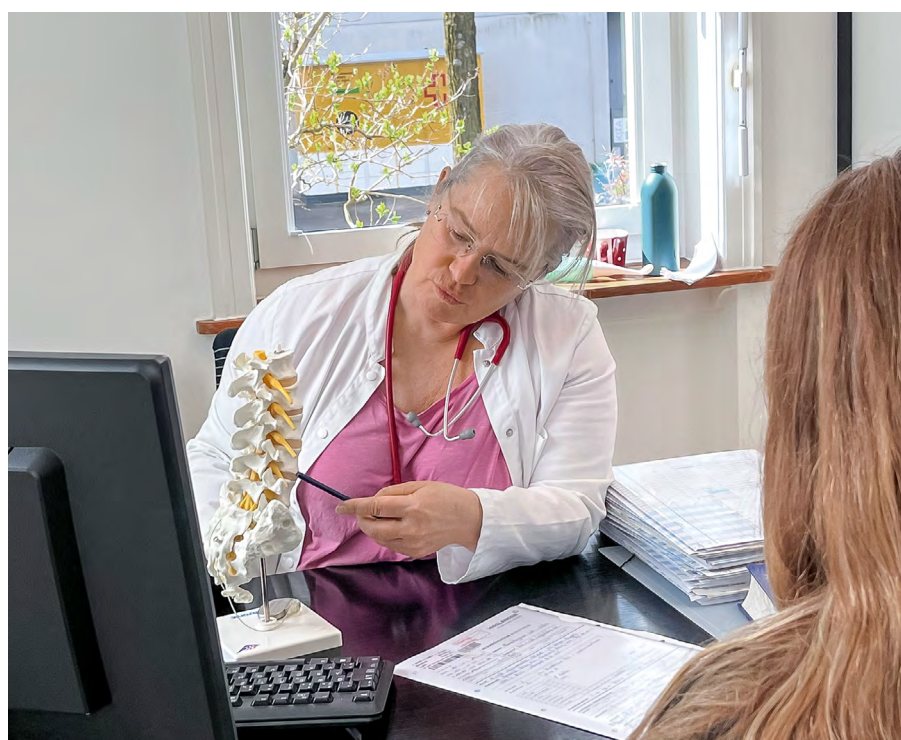
Dr. Daniela Zeller-Simmerl,
Vizepräsidentin AGZ
(Projektleitung)



Fachstelle UND
(Projektbegleitung)



Dr. Nadine Zahnd,
Centerview GmbH
(Kommunikation)



Dr. med. Daniela Zeller-Simmerl

neue Arbeitszeitmodelle, weniger Administrationsaufwand, eine verbesserte Tarifstruktur und mehr unternehmensinterne Unterstützungsangebote.

Strategien und Massnahmen für eine bessere Work-Life Balance

Um nachhaltige Verbesserungen zu erreichen, braucht es Massnahmen auf betrieblicher, privater und politischer Ebene. Sieben Pilotbetriebe führen deshalb gemeinsam mit der Fachstelle UND eine Standortbestimmung betreffend Vereinbarkeit durch und erarbeiten individuelle Massnahmen, welche die Vereinbarkeit ihrer Mitarbeitenden stärken sollen. Ziel ist es, die Attraktivität der Betriebe zu erhöhen und gleichzeitig Motivation, Gesundheit und Engagement der Mitarbeitenden zu fördern.

Für selbständige Ärztinnen und Ärzte bietet die AGZ im Rahmen des Projektes «Vereinbarkeit von Arztberuf und Privatleben» Workshops an, in denen die Work-Life-Balance reflektiert und Strategien für eine Verbesserung entwickelt werden. Der nächste Workshop findet am 29. Januar von 15.00–18.30 Uhr statt. Die Teilnahme ist exklusiv für AGZ-Mitglieder und kostenlos.

Praktischer Leitfaden ist in Erarbeitung

Das Projekt wird im Herbst 2026 mit einer Abschlussveranstaltung und der Publikation eines Leitfadens zur Verbesserung der Vereinbarkeit von Arztberuf und Privatleben abgeschlossen. Dieser bündelt die Erkenntnisse aus dem Projekt und enthält konkrete Empfehlungen für arbeitgebende sowie für selbständige und angestellte Ärztinnen und Ärzte. Bis dahin wird die AGZ laufend über das Projekt berichten.

Kontakt für Anmeldung

Mirjam Benaiah

✉ mirjam.benaiah@agz-zh.ch



Impression aus dem Workshop für selbständige Ärztinnen und Ärzte