

Trendstudie

Ärztinnen
im Krankenhaus-
Arbeiten am Limit 2023



Claudia Nacci Coaching

FOCUSING orientiertes Coaching | Systemisches Coaching | Beratung

Rothenbaumchaussee 17, D-20146 Hamburg

Mob.: + 49 (0) 179.783 75 53

mail: coaching@nacci.de

Webseite: claudianacci.de

LinkedIn: [in/claudianacci/](https://www.linkedin.com/in/claudianacci/)



Studiendesign

Befragt wurden:

Fach- und Oberärztinnen, Chefärztinnen, leitende Chefärztinnen & leitende Ärztinnen und Assistenzärztinnen, in Krankenhäusern innerhalb der Bundesrepublik Deutschland.

Fallzahl: N = rd. 50 Teilnehmerinnen

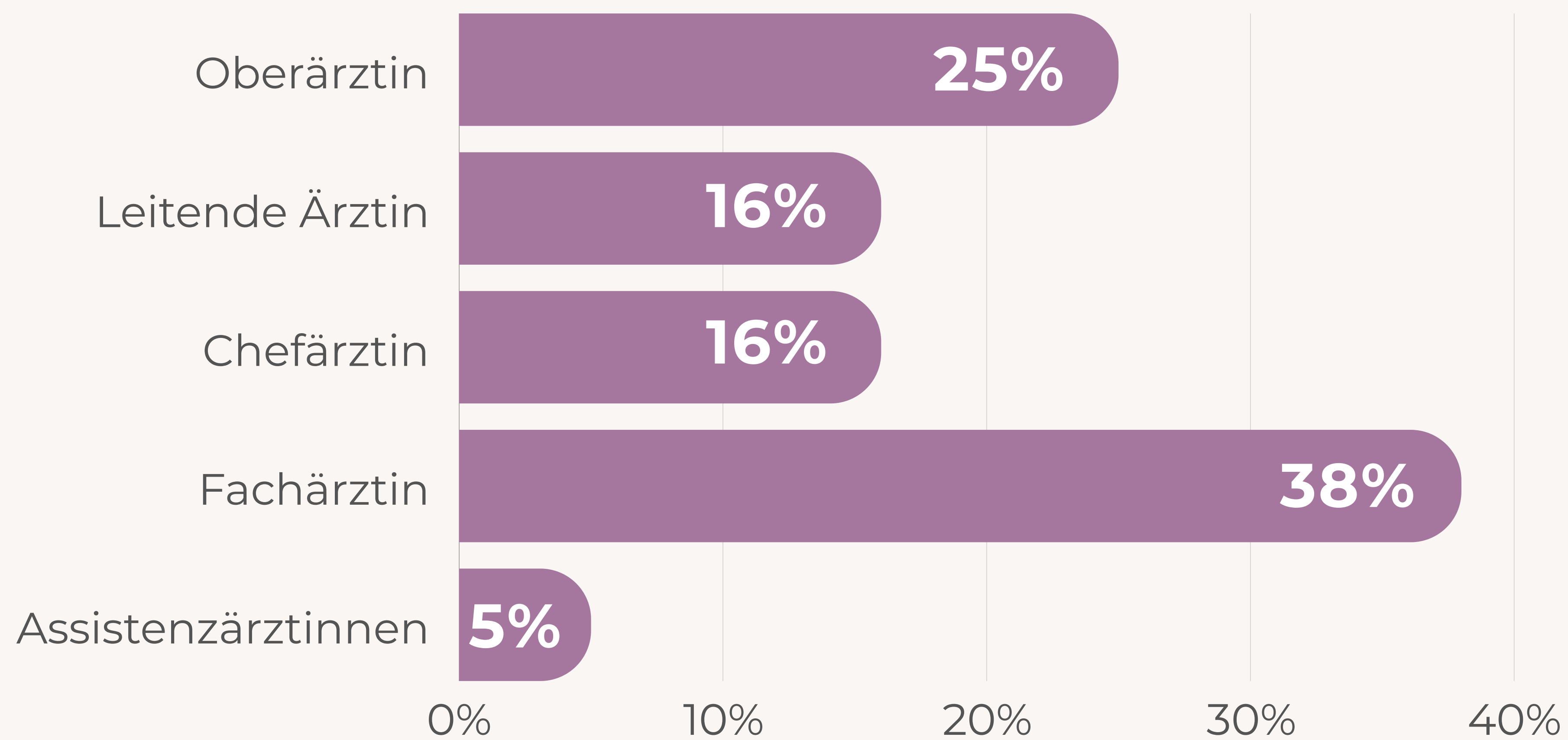
Methode: Persönlich geführte, fragebogengestützte Tiefeninterviews, Dauer jeweils 30-70 Min., durchgeführt via Zoom-Video

Umfragezeitraum: Januar 2023 - Oktober 2023

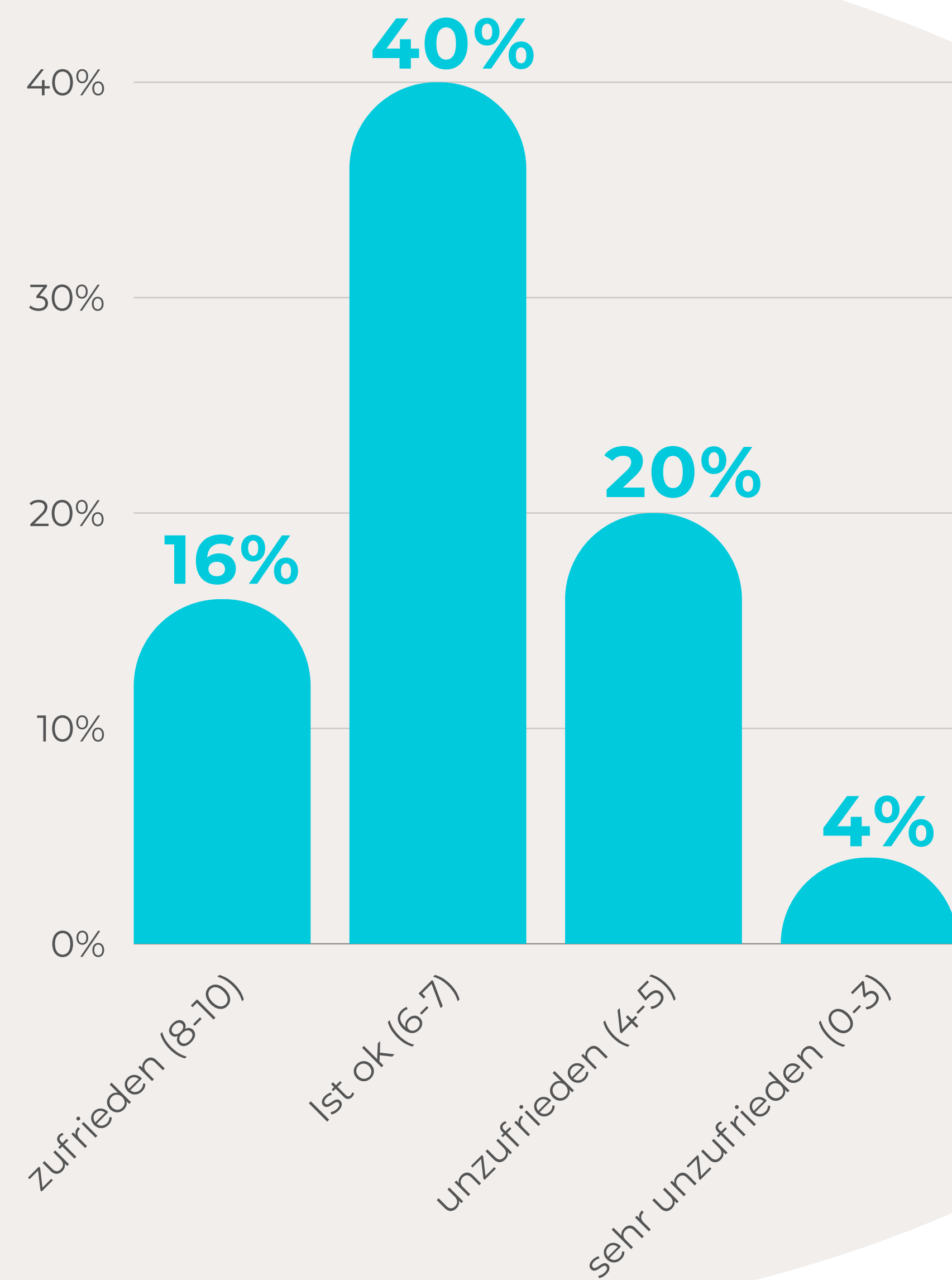
©Copyright Claudia Nacci, 2023



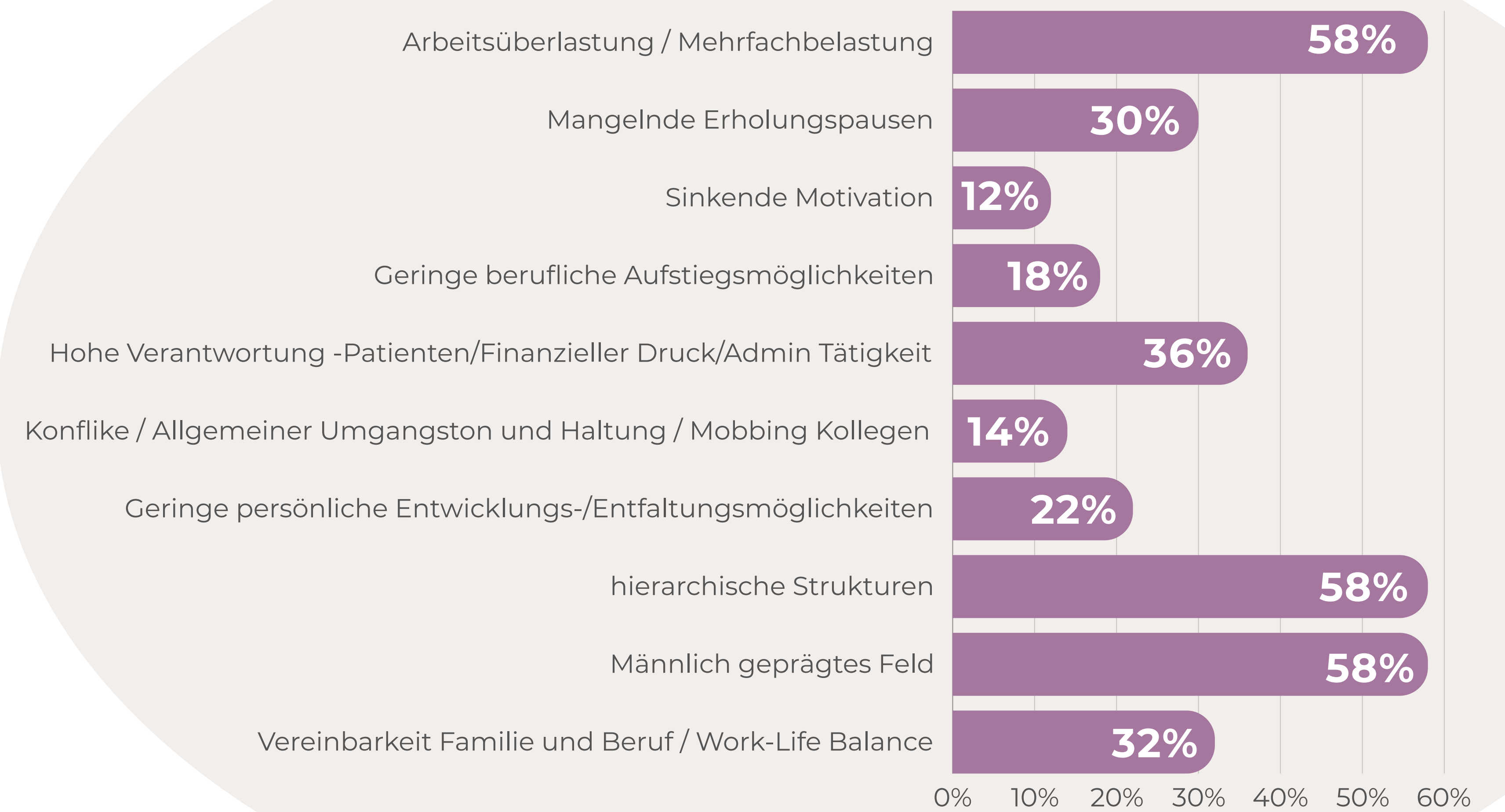
Teilnehmerinnen in %



**Auf einer Skala von 1 bis 10:
 „Wie würden Sie aktuell Ihre Freude/Zufriedenheit im
 Berufsleben einstufen?“
 (1: sehr niedrig und 10: sehr hoch)**



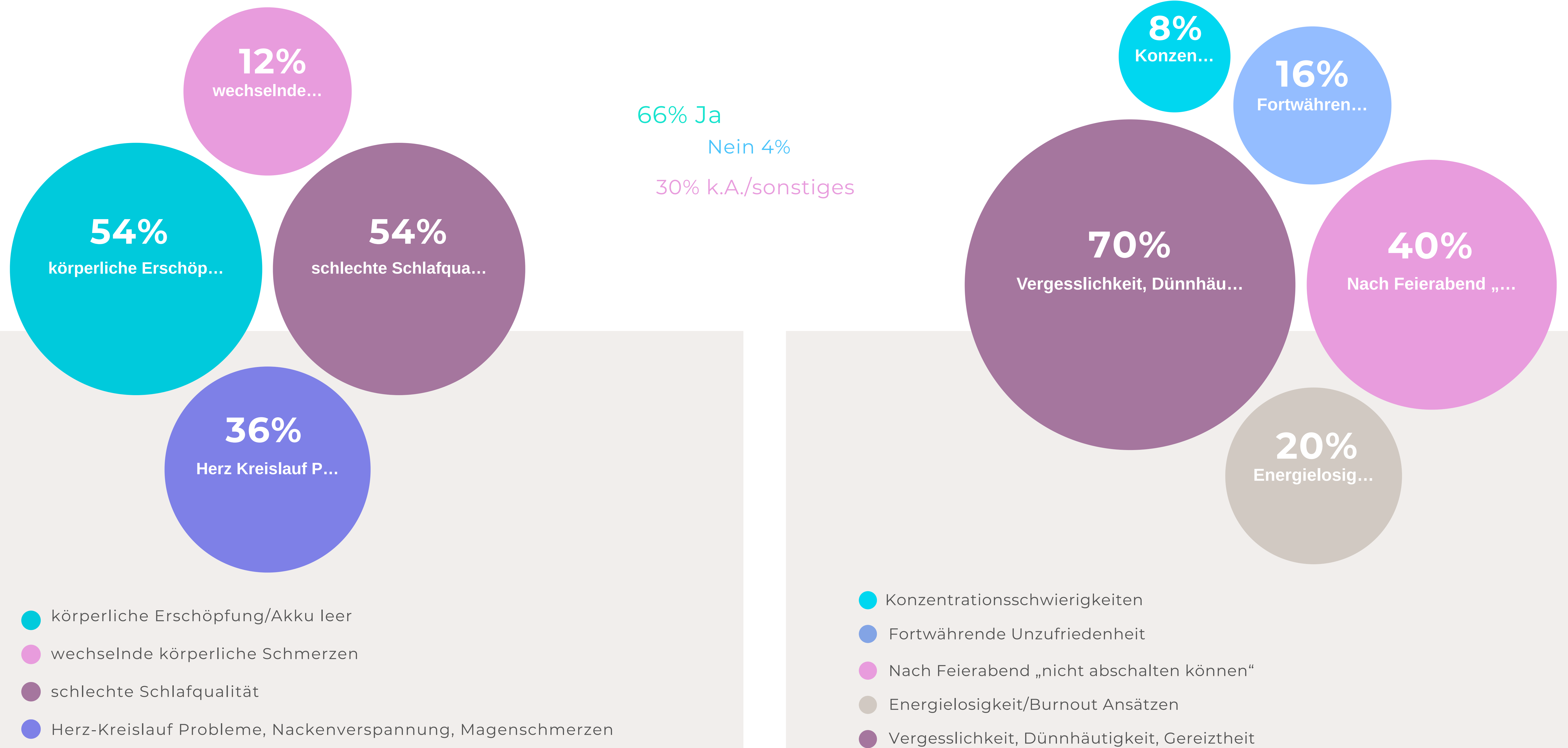
**„Welche Art von Hürden und Herausforderungen
 kommen Ihnen in den Sinn, wenn Sie an Ihr
 Arbeitsumfeld denken?“
 (Mehrfachauswahl)**



Zusammenfassung:

Die Ergebnisse der Umfrage zeigen, dass etwa 40 % der Frauen ihre Zufriedenheit im Berufsleben als "OK" einstufen. Etwa 20 % geben hingegen an, unzufrieden zu sein. Wenn es um Hürden und Herausforderungen im Arbeitsumfeld geht, nennen etwa 58 % Arbeitsüberlastung, hierarchische Strukturen und ein männlich dominiertes Feld als Hauptproblem. Auf Platz zwei steht die hohe Verantwortung und administrative Aufgaben und geringe persönliche Entwicklungsmöglichkeiten.

„Kennen Sie aus Ihrem Arbeitsumfeld Situationen, die Sie körperlich und mental als belastend empfinden?
(Mehrfachauswahl)

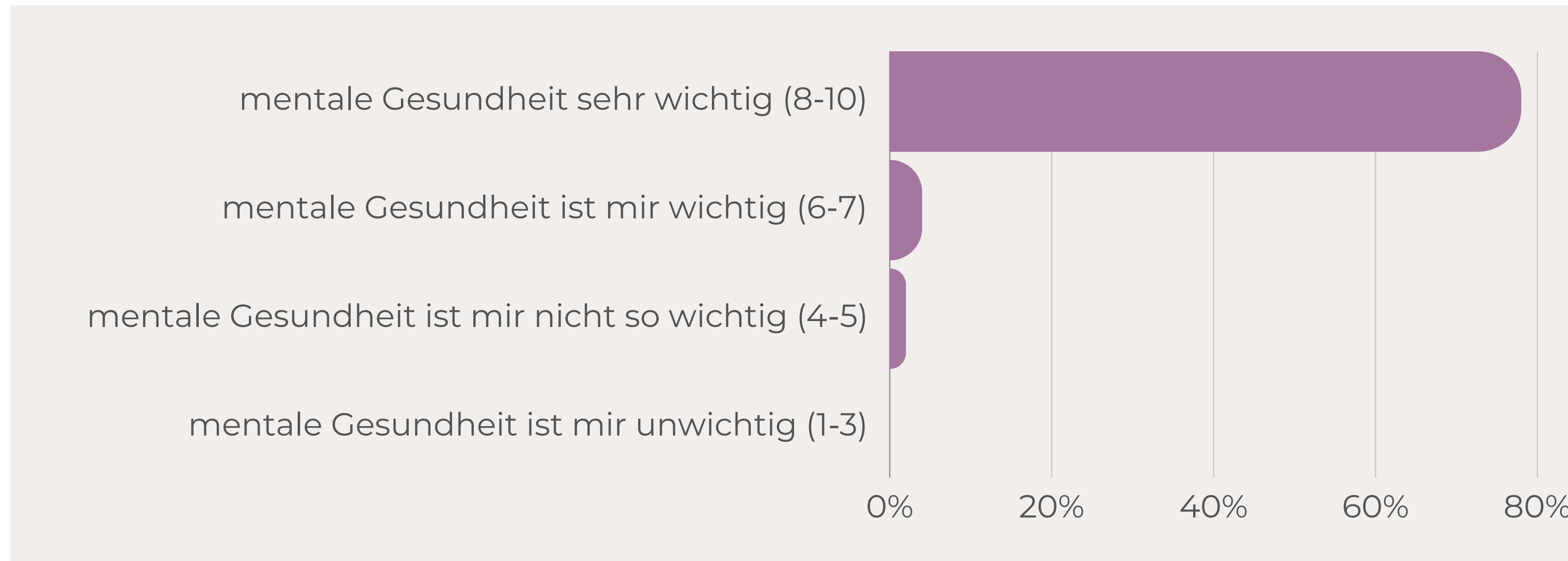


Zusammenfassung:

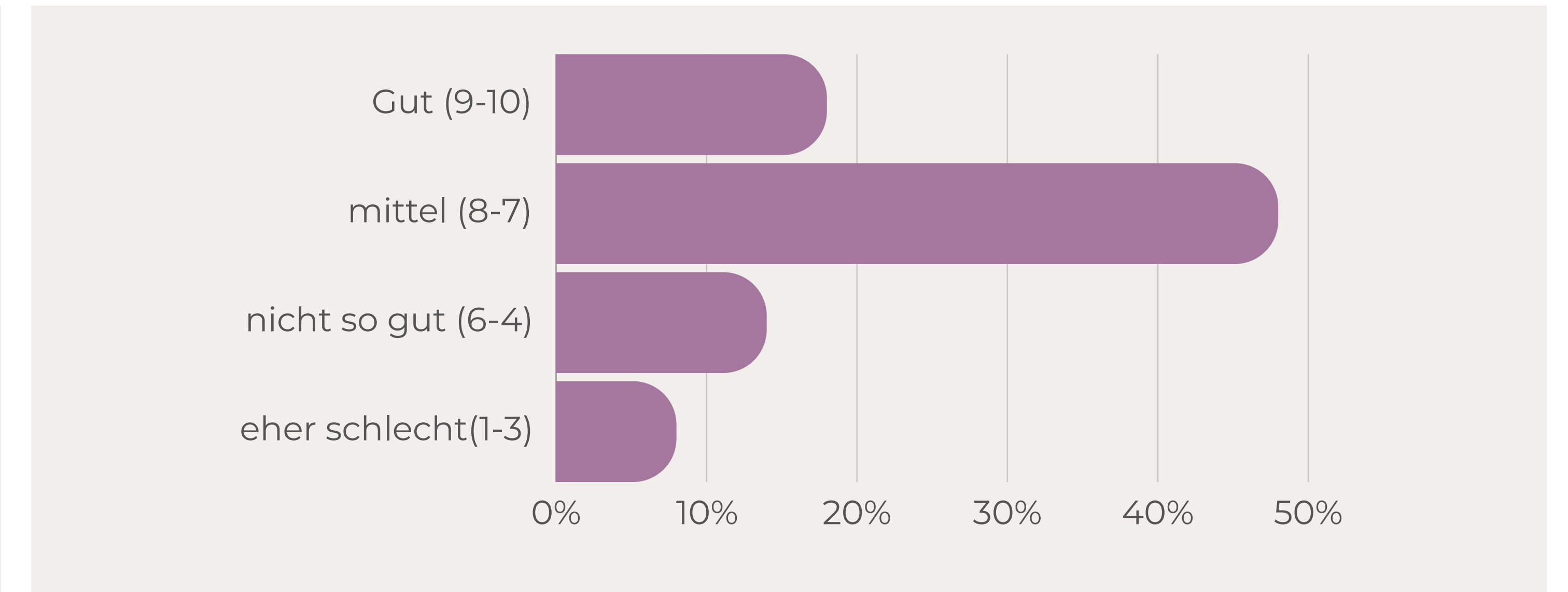
Aus der Umfrage zu belastenden Situationen im Arbeitsumfeld zeigt sich, dass 66 % der Teilnehmer solche Situationen körperlich und mental belastend empfinden. Die größte Belastung ist mit 54 % durch schlechte Schlafqualität und körperliche Erschöpfung. Herz-Kreislauf-Probleme, Nackenverspannung und Rückenschmerzen liegen auf Platz zwei. 70 % der Ärztinnen geben an, dass sie unter Vergesslichkeit, Dünnhäutigkeit und Gereiztheit leiden. 40 % sagen nach Feierabend nicht abschalten zu können und 20 % sagen, dass sie energielos sind.

„Auf einer Skala von 1 bis 10: Wie wichtig ist Ihnen Ihre mentale und körperliche Gesundheit?
 Wo befinden Sie sich aktuell in diesem Kontext?“
 (1: sehr niedrig und 10: sehr hoch)

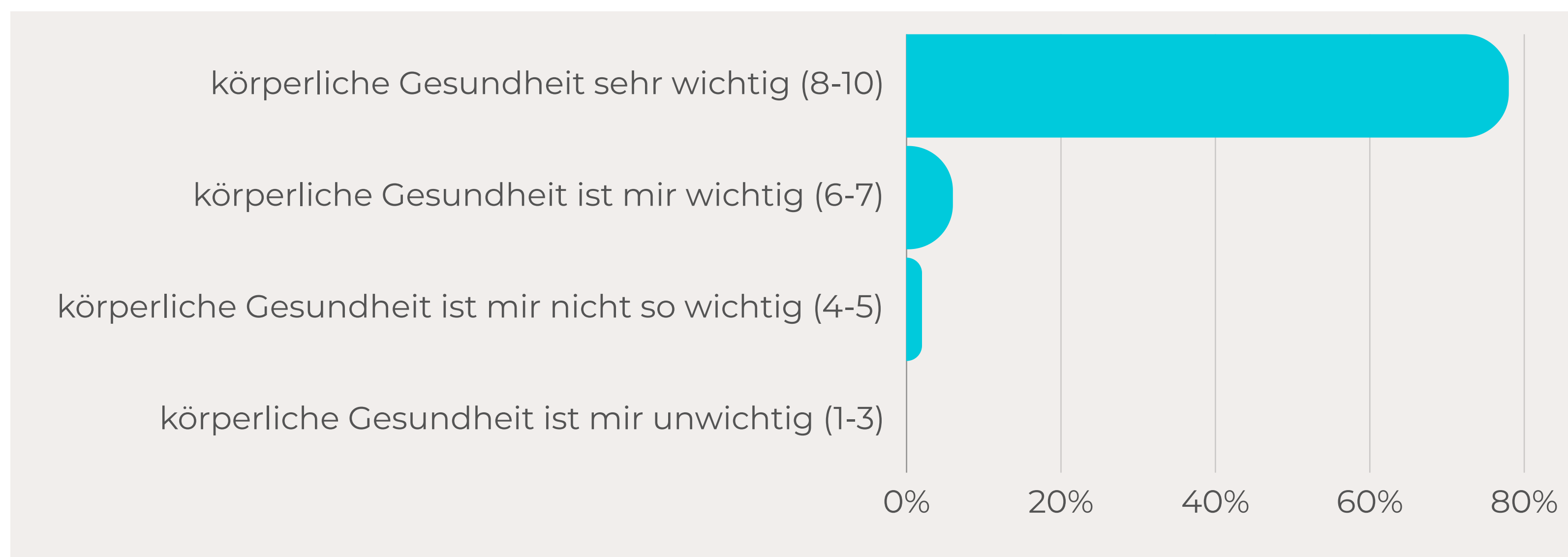
Wie wichtig ist Ihnen Ihre mentale Gesundheit?



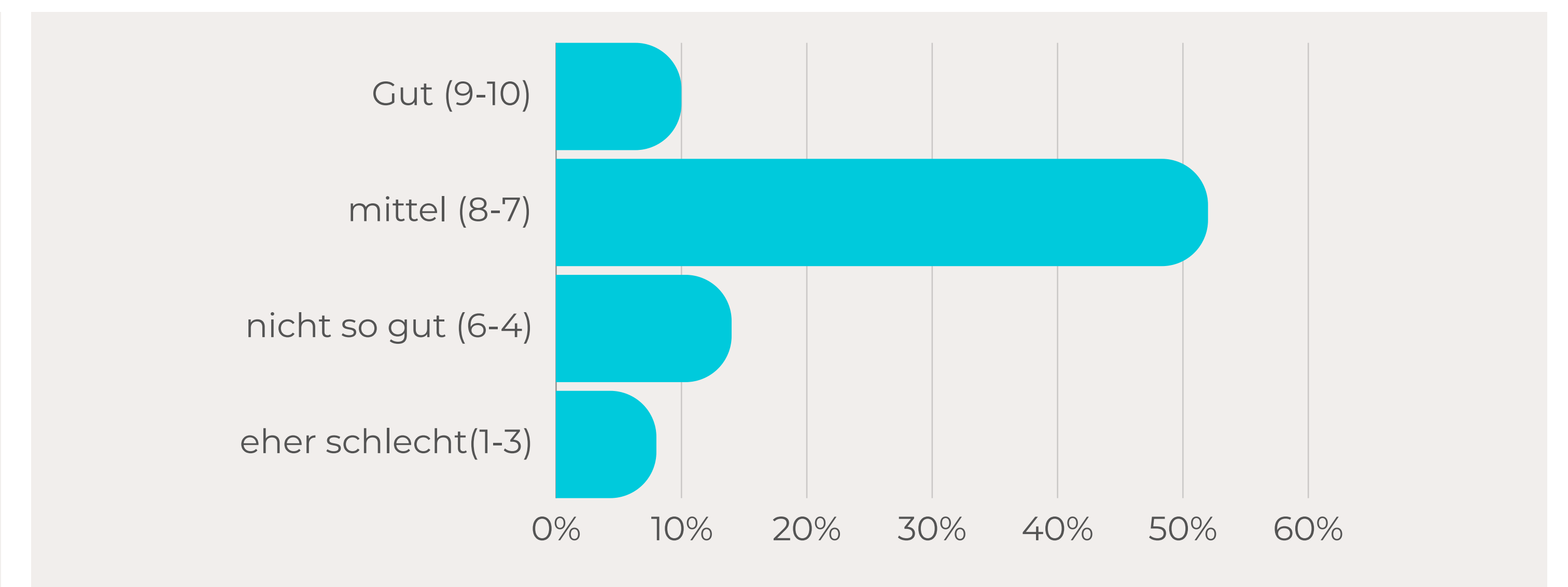
Wo befinden Sie sich realistisch in diesen Kontext (mental)?



Wie wichtig ist Ihnen Ihre körperliche Gesundheit?



Wo befinden Sie sich realistisch in diesen Kontext (körperlich)?

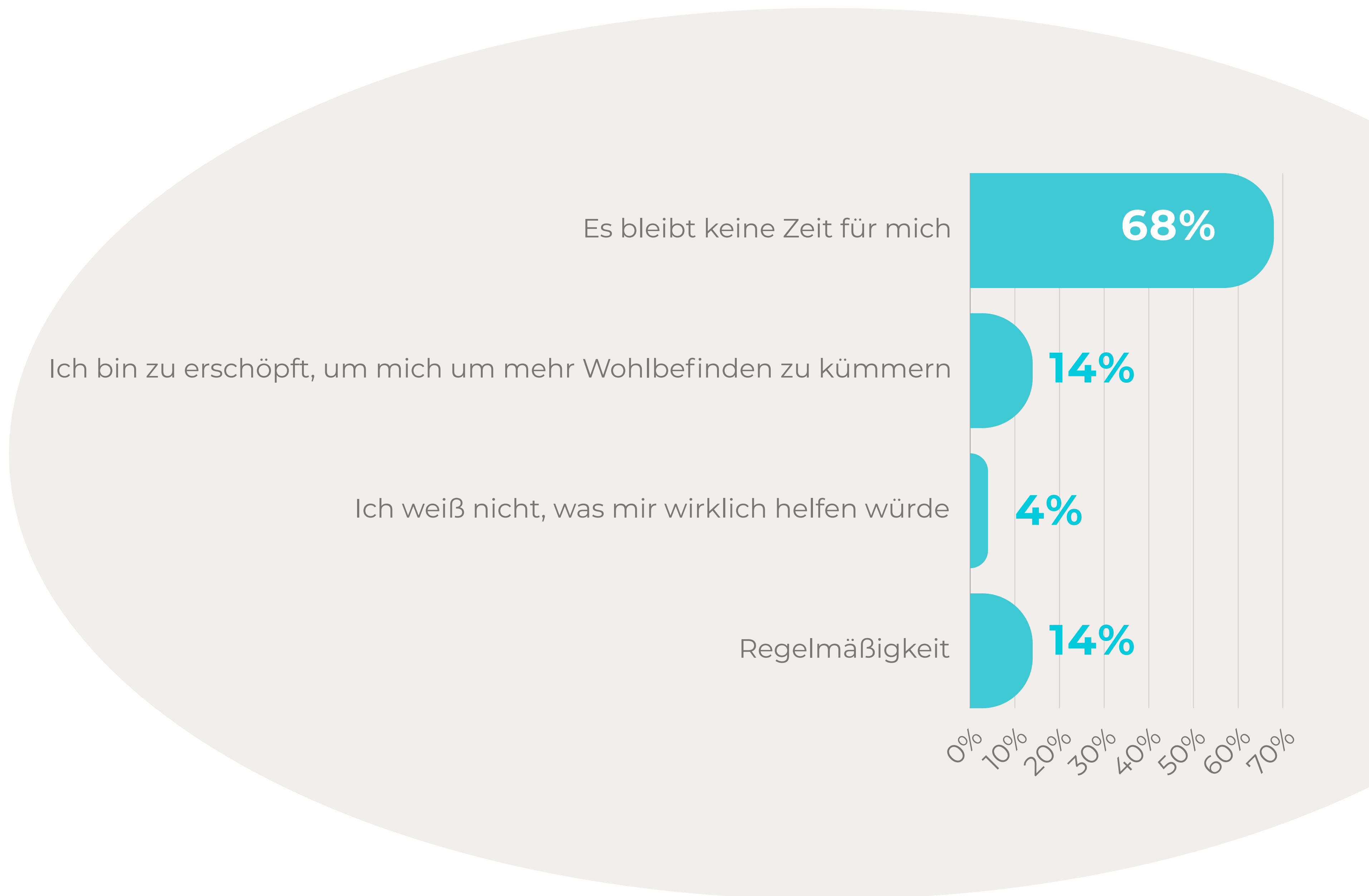
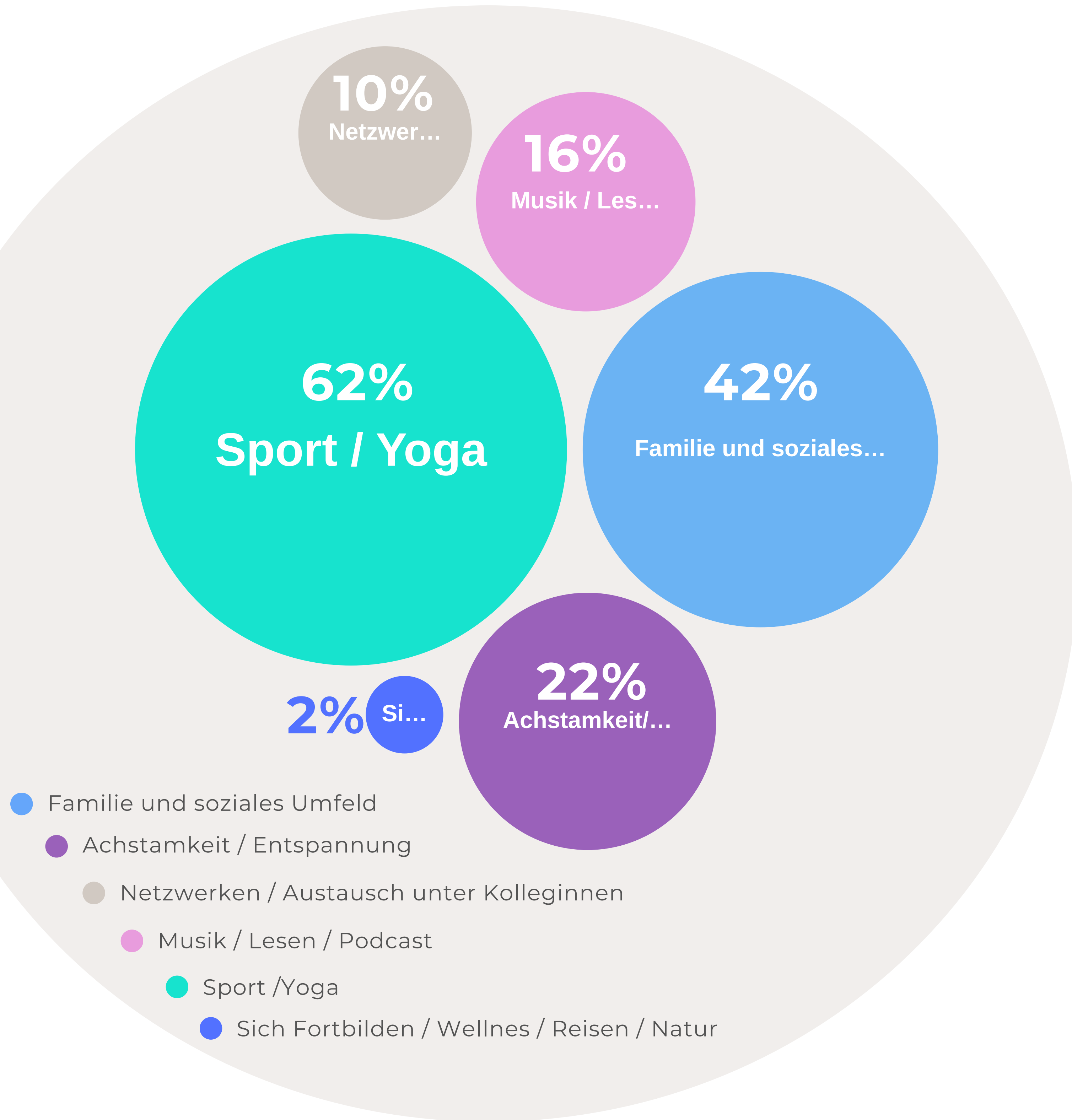


Zusammenfassung:

Zum Thema "Wie wichtig ist Ihnen Ihre mentale und körperliche Gesundheit?" Sagen 80 %, dass ihnen ihre mentale und körperliche Gesundheit "sehr wichtig" ist. In Bezug auf die realistische mentale Verfassung befinden sich rund 50 % der Ärztinnen in der Kategorie "mittel". Auf dem zweiten Platz liegt die Bewertung "gut" danach folgt "nicht so gut bis eher schlecht." In Bezug auf die körperliche realistische Verfassung wird die Kategorie "mittel" als erstes genannt, auf Platz zwei folgt dann „nicht so gut.“ Die Einschätzung "gut" landet auf dem dritten Platz.

„Tun Sie aktiv etwas für den Ausgleich zum Berufsalltag?“
(Mehrfachauswahl)

„Gibt es für Sie benennbare Gründe, was Sie vom Ausgleich abhält?“
(Mehrfachauswahl)

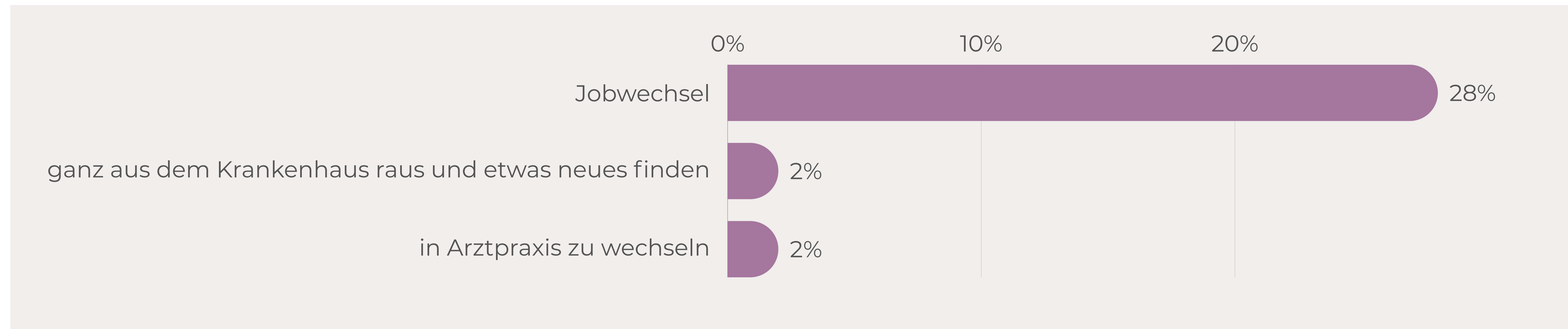


Zusammenfassung:

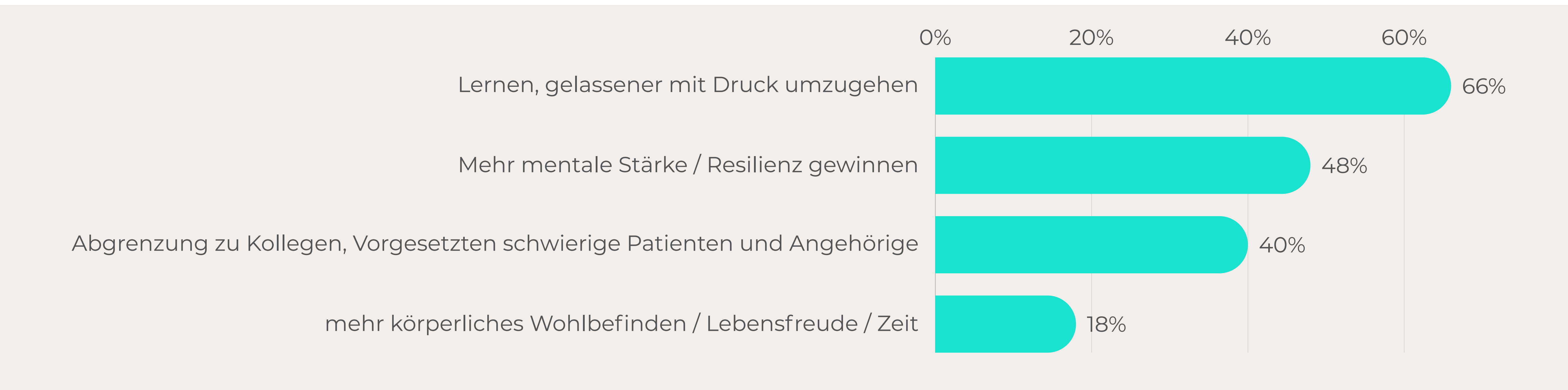
Bei der Frage „Tun Sie grundsätzlich etwas für den Ausgleich?“ Sagen 68 % der Ärztinnen ja. Die beliebtesten Aktivitäten sind Yoga und Sport mit 62 % und 42 % finden ihren Ausgleich in der Familie und im sozialen Umfeld. Achtsamkeit und Entspannung stehen an dritter Stelle. Zu der Frage, welche Gründe sie vom Ausgleich abhalten, sagen rund 70 % der Ärztinnen, dass sie keine Zeit haben, sich um ihren Ausgleich zu kümmern. Ebenso Erschöpfung und Regelmäßigkeit.

„Haben Sie sich in den letzten 12 Monaten mit dem Gedanken getragen, etwas Grundsätzliches an Ihrer persönlichen/beruflichen Situation zu verändern?“
(Mehrfachauswahl)

Nein 8%
60% Ja
32% k.A./sonstiges



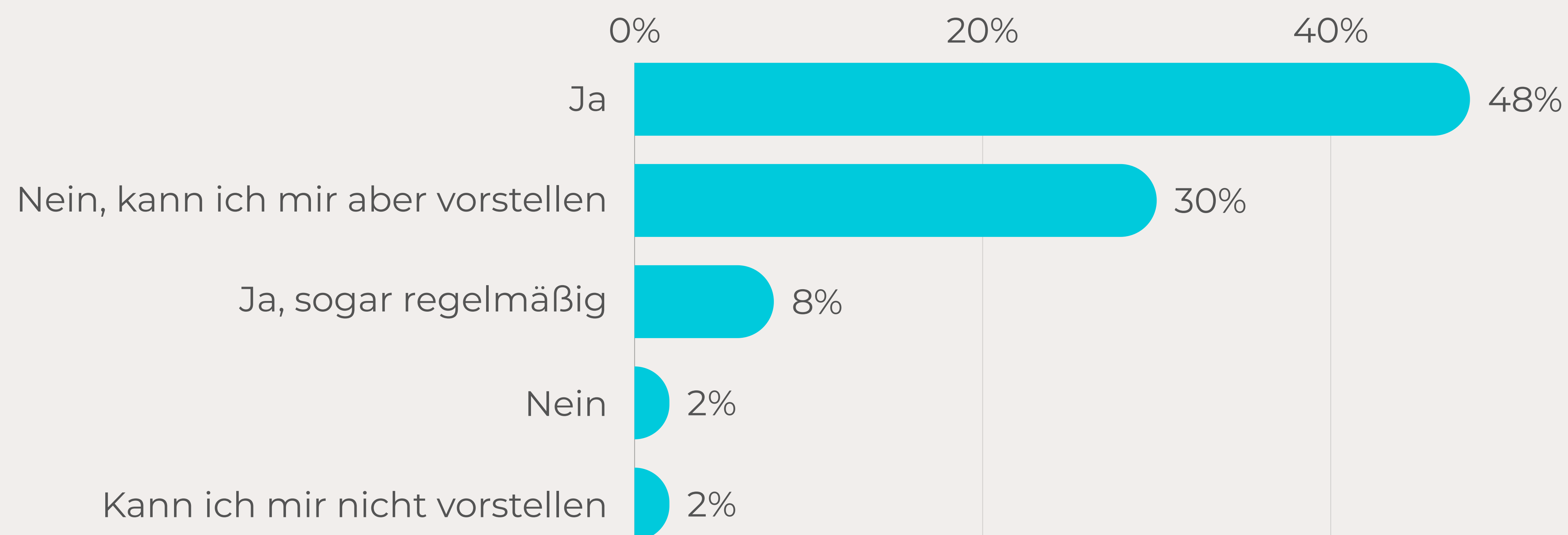
„Wenn Sie etwas Grundsätzliches in Ihrer aktuellen Situation ändern könnten: Was wäre das?“
(Mehrfachauswahl)



Zusammenfassung:

In der Frage, ob die Ärztinnen in den letzten 12 Monaten darüber nachgedacht haben, etwas Grundsätzliches an ihrer persönlichen oder beruflichen Situation zu ändern, antworten rund 60 % mit Ja und nur 8 % sagen nein. Bei der Frage, was sie konkret ändern würden, liegt der Jobwechsel an erster Stelle mit 28 %. Zur Frage: „Wenn Sie etwas Grundsätzliches in Ihrer aktuellen Situation ändern könnten: Was wäre das?“ 66 % möchten lernen, gelassener mit Druck umzugehen. 48 % wünschen sich mehr mentale Stärke und Resilienz und 40 % möchten lernen, sich besser zu Kollegen, Vorgesetzten sowie schwierigen Patienten und Angehörigen abzugrenzen. Zusätzlich geben 18 % an, dass sie sich ein verbessertes körperliches Wohlbefinden sowie mehr Lebensfreude und Zeit wünschen.

“Haben Sie schon mal mit dem Gedanken gespielt, sich für Ihre Themen, die Sie beschäftigen oder verändern möchten, unterstützen zu lassen durch z. B. einen Coach?”



Zusammenfassung:

Zu der Frage, ob sie sich für ihre Themen, die sie beschäftigen oder verändern möchten, z. B. durch einen Coach unterstützen lassen würden, antworten 48 % der Ärztinnen mit ja. 30 % haben noch nicht über ein Coaching nachgedacht, können es sich aber vorstellen. 8 % der befragten Ärztinnen nehmen regelmäßig ein Coaching in Anspruch und nur 2 % denkt nicht über eine Unterstützung nach.

**„Welches Thema, Situationen oder Probleme kommen Ihnen in den Sinn,
für das Sie sich coachen lassen würden?“**

- Resilienz, mehr Stressbewältigungstechniken und Gelassenheit im Alltag
- Abgrenzung zu Kollegen, Vorgesetzten, schwierige Patienten / Angehörige bei Beibehaltung der Empathie
- Selbstsicheres Auftreten / Selbstsicherheit/ Selbstbewusstsein
- Durchsetzungsvermögen lernen sich besser zu behaupten

- Wie kommuniziere ich mit schwierigen Persönlichkeiten?
- Umgang mit verletzenden / anmaßenden Kommentaren
- Konfliktmanagement / Konfliktgespräche mit Mitarbeitern, Kollegen / Umgang mit Konflikt
- Schwierige Gespräche mit dem Chef

- **Zweifel am eigenen "Können" / Unsicherheiten bearbeiten**
- **Bearbeiten von Selbstzweifeln**
- **In der Rolle als Ärztin wahrgenommen zu werden**
- **"Wie werde ich eine gute Ärztin?" Worauf kommt es...**

Presse

Diverse Artikel zur Studie wurden veröffentlicht, z.B.

- **Deutsche Ärztezeitung**

- **Unboxing Healthcare**

eine Plattform, die das Gesundheitswesen verbessern möchte, Schwerpunkten Digital Transformation, Future Leaders und Future Healthcare


- **Health&Care Management Magazin**

Fachmagazin für Gesundheits- und Pflegeeinrichtungen, das sich an Entscheider und Entscheiderinnen in Kliniken und Krankenhäusern richtet

- **Portal Ärztstellen im Deutschen Ärzteblatt**

Weitere Veröffentlichungen folgen...

ÄrzteZeitung 

Unboxing
Healthcare 

**Health&Care
Management** 

ÄRZTESTELLEN
DER STELLENMARKT DES DEUTSCHEN ÄRZTEBLATTES

Über Claudia Nacci

Als zertifizierte systemische Coachin und Focusing-Begleiterin widme ich mich seit Jahren der Stärkung von Frauen auf beruflicher und persönlicher Ebene. Mein Fokus liegt auf Strategien, die Frauen dabei begleiten, ihre Ziele zu erreichen und ihr volles Potenzial zu entfalten.

Als Coachin habe ich mich bewusst auf Ärztinnen spezialisiert. Ich bin fest davon überzeugt, dass Ärztinnen eine große Passion für ihren Beruf haben, dabei hohe Ansprüche an sich selbst stellen und eine besondere Verbindung zu ihren Patienten aufbauen möchten, um ihnen die bestmögliche Versorgung bieten zu können.

Durch gezielte Coaching-Methoden helfe ich Ärztinnen dabei, ein selbstbewussteres Auftreten zu entwickeln, mehr Selbstsicherheit zu gewinnen und ein tiefes Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten aufzubauen, als Frau und als Ärztin.

In meinen Coachings geht es einerseits darum, die passenden Strategien zu entwickeln, andererseits auch um die persönliche Entfaltung und das Finden eines inneren Gleichgewichts. Ich möchte Frauen dabei unterstützen, ihre Ressourcen voll auszuschöpfen, sowohl im beruflichen als auch im persönlichen Leben.

Zusammen arbeiten wir daran, die individuellen Ziele zu erreichen, die jede Ärztin hat, und eine harmonische Balance zwischen Arbeit und Privatleben zu finden. Meine Coaching-Methoden ermöglichen es, nicht nur kurzfristige Veränderungen zu erzielen, sondern auch langfristig positive Veränderungen im Denken und Handeln zu fördern.



WhatsApp-Chat

Claudia Nacci Coaching
WhatsApp-Unternehmenskonto



Haben Sie Fragen zu der Studie oder zu meinen Leistungen?

Ich stehe Ihnen gerne zur Verfügung.

Mob.: + 49 (0) 179.783 75 53

E-Mail: claudia@nacci.de