

PRESSEMITTEILUNG

# Teilzeit in der Pflege ist kein Wohlstandsproblem

DBfK: Mehr Stunden gibt's nicht per Druck – sondern nur mit Entlastung und verlässlichen Dienstplänen

Berlin, 26. Januar 2026

**In der aktuellen politischen Debatte um eine Einschränkung des Rechts auf Teilzeit („Lifestyle-Teilzeit“) warnt der Deutsche Berufsverband für Pflegeberufe (DBfK) vor falschen Schlussfolgerungen. Wer Teilzeit pauschal als Wohlstandsproblem darstellt, verkennt die Realität in der Pflege: Teilzeit ist für viele eine Schutzreaktion auf Überlastung, Schichtdienst und fehlende Planbarkeit – nicht Ausdruck von Bequemlichkeit.**

Dass ein großer Anteil der professionell Pflegenden in Teilzeit arbeitet, ist bekannt. Bereits 2019 führte der DBfK daher eine Onlinebefragung unter beruflich Pflegenden, aus welchen Gründen sie in Teilzeit arbeiten. Die Argumente und Befunde dürften sich seither kaum geändert haben: Der mit Abstand häufigste Grund für Teilzeit ist „zu hohe Belastung“. Knapp die Hälfte der Teilnehmenden arbeitet im Schichtsystem einschließlich Nachtdienst, Wochenende und Feiertage. Zudem berichten viele Befragte von Überstunden trotz Teilzeit, häufigem Einspringen aus der Freizeit und von kurzfristigen Dienstplanänderungen – genau das verhindert eine ausgewogene Work-Life-Balance und hält Menschen davon ab, Arbeitszeit aufzustocken.

Vera Lux, Präsidentin des DBfK, hierzu: „Wer mehr Arbeitsstunden will, muss zuerst die Arbeitsbedingungen so verbessern, dass Pflege gesund leistbar ist. Teilzeit ist in der Pflege oft die Konsequenz aus Überlastung, Schichtdienst und fehlender Planbarkeit – teilweise sogar mit massiver Mehrarbeit trotz Teilzeitvertrag. Druck oder das Stutzen von Rechten löst keinen Fachkräftemangel. Verlässliche Dienstpläne, eingehaltene Pausen und eine wirksame Personalbemessung schon. Die psychische und physische Belastung im Pflegeruf ist enorm – in Vollzeit zu arbeiten, bringt viele Pflegefachpersonen an die Grenzen ihrer persönlichen Belastbarkeit.“

Der DBfK fordert daher, die Debatte konsequent auf die Ursachen zu richten: Arbeitsverdichtung reduzieren, Dienstpläne verlässlich machen und Schichtarbeit so organisieren, dass Regeneration möglich bleibt. Erst dann entsteht realistisch das Potenzial, dass Pflegenden Stunden aufstocken – freiwillig und nachhaltig.

Die Ergebnisse der Befragung finden Sie auf der [DBfK-Website](#).