



## JHaS-Positionspapier Arbeitsbedingungen

### Hintergründe

In unserem Beruf als Ärztinnen\*, sei es in der Hausarztpraxis oder während der Weiterbildung, übernehmen und tragen wir viel Verantwortung: gegenüber unseren Patientinnen und dem Behandlungsteam, sowie als Koordinatoren im Gesundheitswesen und Förderer der Prävention gegenüber der Gesellschaft. Wir sind bei der Arbeit fähig, schnell zu reagieren, Entscheide zu fällen und zu tragen. Unsere Patientinnen erwarten von uns, mit hoher Fachkompetenz, Empathie und Respekt behandelt zu werden. Eine klare und verständliche Kommunikation ist dabei ein wesentlicher Teil unserer Arbeit.

Die Kombination von komplexen Arbeitsanforderungen, hoher Arbeitslast, langen und unregelmässigen Arbeitszeiten und einem leistungsorientierten Selbstbild führt zu einem hohen Risiko der Entwicklung eines Burn-outs mit den entsprechenden psychischen und physischen Folgeerkrankungen.

Damit wir die Anforderungen in unserem Berufsalltag erfüllen können, müssen folgende Voraussetzungen gegeben sein:

- 1. Faire Arbeitsbelastung – zeitlich wie mengenmässig.** Das Arbeitsgesetz wird eingehalten und unsere tägliche Arbeit erfüllen wir innerhalb der regulären Arbeitszeit. Die Arbeitszeit wird erfasst; Überstunden bilden eine Ausnahme. Administrative Aufgaben beschränken sich auf das, was nicht von andern Berufsgruppen übernommen werden kann. Dies ermöglicht uns das Führen eines geregelten Soziallebens und eines gesunden Lebensstils mit ausreichend aktiver und passiver Erholung. Dadurch sind wir körperlich und geistig fit und nehmen die Vorbildfunktion gegenüber unseren Patientinnen und der Gesellschaft glaubwürdig wahr.
- 2. Dienssystem mit ausreichenden Ruhezeiten.** Dies hilft, Fehler in unserem verantwortungsvollen Beruf zu vermeiden und die eigene psychische und physische Gesundheit zu erhalten.
- 3. Familienfreundliche Arbeitsumgebung.** Die Gesellschaft und die Arbeitgeber fördern arbeitsplatznahe Betreuungsstrukturen und Teilzeitarbeit. Dies erleichtert die Vereinbarkeit unseres beruflichen Engagements mit den privaten Verpflichtungen und stärkt dadurch die Attraktivität unseres Hausarztberufes.
- 4. Stärkung der Resilienz und Burn out-Prophylaxe.** Selbstkompetenz und andere Massnahmen zur Förderung unserer eigenen psychischen Gesundheit, wie z.B. Supervision und Selbsterfahrung, sind Teil unserer Aus-, Weiter- und Fortbildung. Dies fördert unser Bewusstsein für die eigenen Grenzen und sensibilisiert uns auch für Belastungssituationen unserer Patientinnen. Übersteigen die beruflichen und privaten Anforderungen unsere Ressourcen, stehen uns niederschwellige Unterstützungsnetzwerke zur Verfügung.
- 5. Wertschätzung und offene Fehlerkultur.** Um die Folgen von Fehlern zu minimieren, aus ihnen zu lernen und weitere Fehler zu vermeiden, pflegen wir eine Kultur der offenen Diskussion, des gegenseitigen Respekts und der Wertschätzung.