INSTITUT FÜR DEMOSKOPIE ALLENSBACH

Vereinbarkeit von Pflege und Beruf

Befragung von informell pflegenden Berufstätigen, die Personen mit einem Pflegegrad unterstützen. Juli/August 2026

Berlin, 5. November 2026

Untersuchungssteckbrief

Grundgesamtheit:	informell pflegende Berufstätige, die Personen mit Pflegegrad unterstützen
Fallzahl:	1.158 Befragte
Befragungsmethode:	Mixed-Mode: f2f und online
Feldzeit:	15. Juli bis 8. August 2026
Inhaltliche Schwerpunkte:	- Detaillierte Erfassung der aktuellen Pflegetätigkeit - Motive für die Übernahme von Pflegeaufgaben - Gratifikationen und Belastungen durch die Pflege - Zufriedenheit mit der Pflegesituation - Unterstützung durch andere aus dem privaten Umfeld und durch professionelle Dienste - Betreuungsbedarf der Gepflegten - Veränderungen der Berufstätigkeit durch die Übernahme von Pflegeaufgaben - Erfahrungen mit der Vereinbarkeit von Pflege und Beruf - Unterstützung durch den Arbeitgeber - Informationsstand und und Inanspruchnahme von Entlastungs- und Unterstützungsangeboten - Belastung durch Kosten der Pflege

© IfD-Allensbach

Ernorme Leistung

- 5,5 Mio. Pflegebedürftige mit Pflegegrad werden ambulant unterstützt und gepflegt, vor allem durch Angehörige sowie durch Pflegedienste; das sind 86 Prozent der Pflegebedürftigen mit Pflegegrad. Auch Pflegebedürftige mit höheren Pflegegraden (als Pflegegrad 3) leben überwiegend in ihrem Zuhause oder bei pflegenden Angehörigen.

- Die große Mehrheit der Pflegenden ist berufstätig. Gut jeder zweite informell pflegende Berufstätige betreut und pflegt seit 1 bis unter 3 Jahren, 41 Prozent schon 3 Jahre und länger.
  Im Durchschnitt werden unter der Woche knapp 16 Stunden eingesetzt, an Wochenenden rund 9 Stunden. Die Stundenkontingente sind damit weitaus höher als im weiten Kreis der informell pflegenden Berufstätigen, der auch die Pflege von Personen ohne Pflegegrad umfasst.

- Die geleistete Unterstützung reicht von Hilfe bei der Bewältigung der Alltagsroutine im Haushalt über Unterstützung bei der Körperpflege, Medikation und der Organisation und Steuerung von Pflegediensten bis zur Versorung von Wunden oder Hilfe beim Essen. Die Unterstützungsleistungen informell pflegender berufstätiger Frauen decken ein deutlich breiteres Spektrum ab als bei Männern.

- Die große Mehrheit übernimmt die Pflegeaufgaben aus altruistischen Motiven heraus. Für 71 Prozent ist es selbstverständlich, für pflegebedürftige Angehörige und Freunde da zu sein. Viele möchten auch etwas zurückgeben und sind überzeugt, dass die private Pflege persönlicher ist.

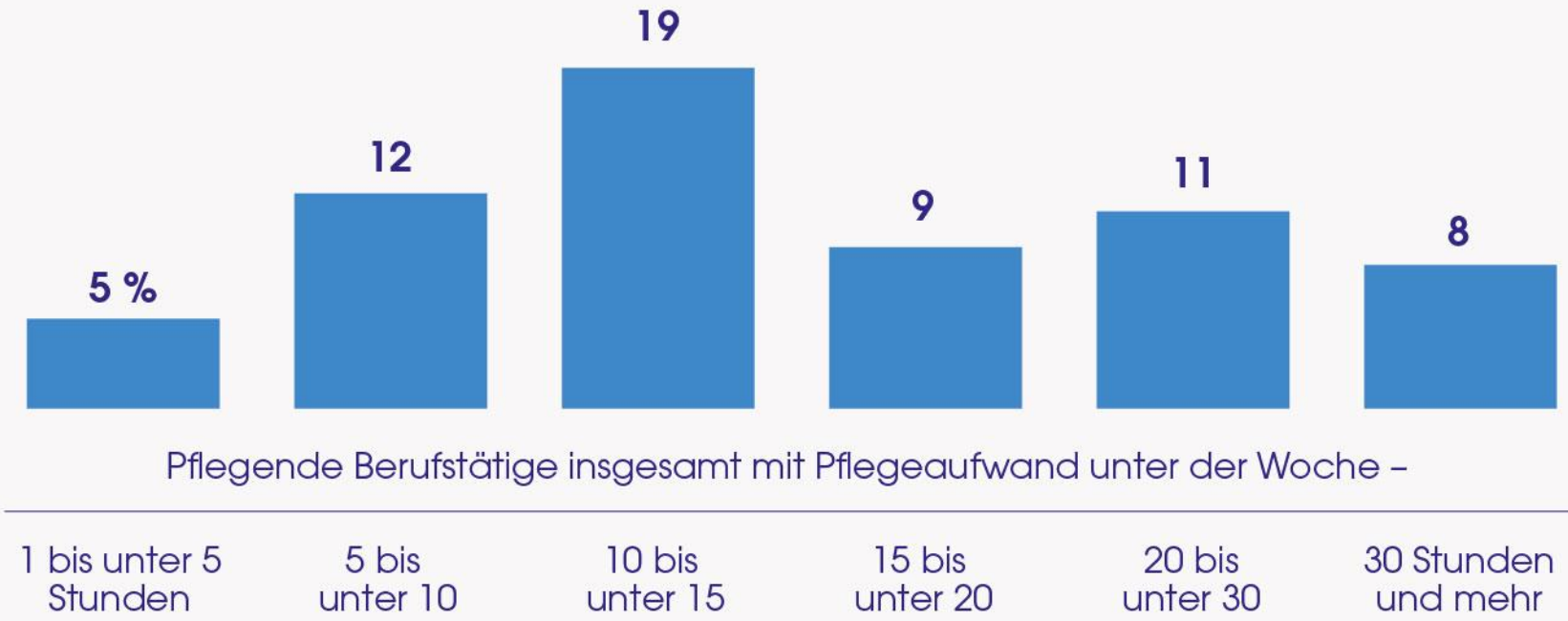
- Aber die Pflege belastet auch stark, insbesondere psychisch und durch die Unsicherheit des weiteren Verlaufs.

© IfD-Allensbach

Zeitlicher Pflegeaufwand unter der Woche

Frage: "Wie viele Stunden haben Sie unter der Woche, also von Montag bis Freitag normalerweise in etwa mit der Pflege zu tun?"

Es haben im Durchschnitt unter der Woche mit der Pflege zu tun: 15,6 Stunden



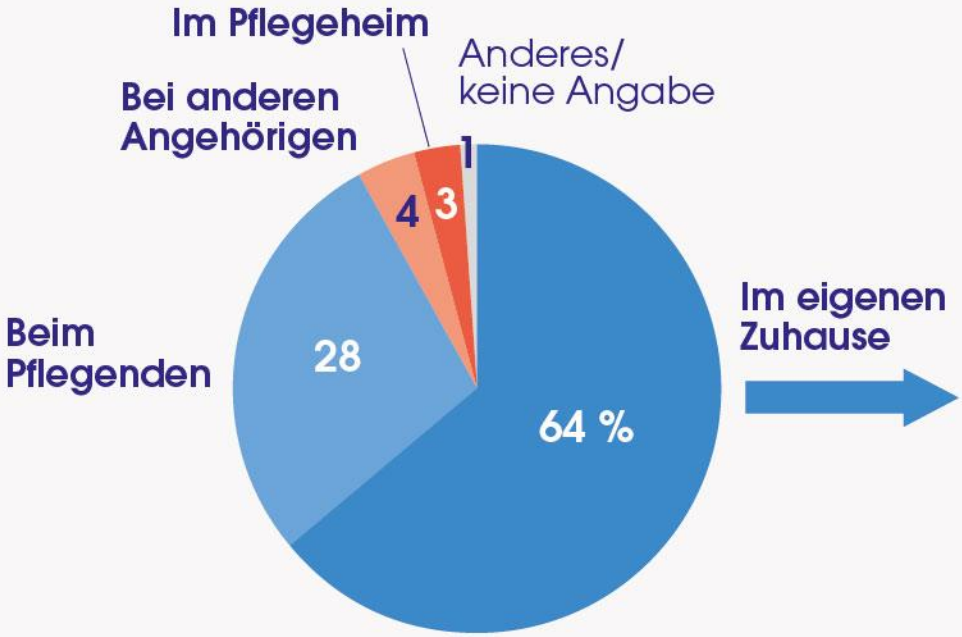
30 Prozent können keine konkreten Angaben machen, da der zeitliche Aufwand stark variiert

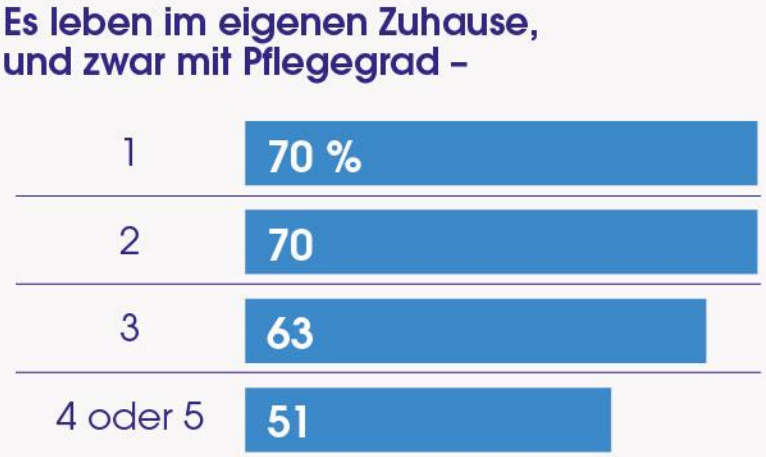
Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Die Mehrheit der Gepflegten lebt im eigenen Zuhause – auch mit hohem Pflegegrad

Frage: "Wo lebt der/die Pflegebedürftige: bei sich zuhause, bei Ihnen zuhause, bei anderen Angehörigen zuhause, in einem Pflegeheim, oder wo sonst?"

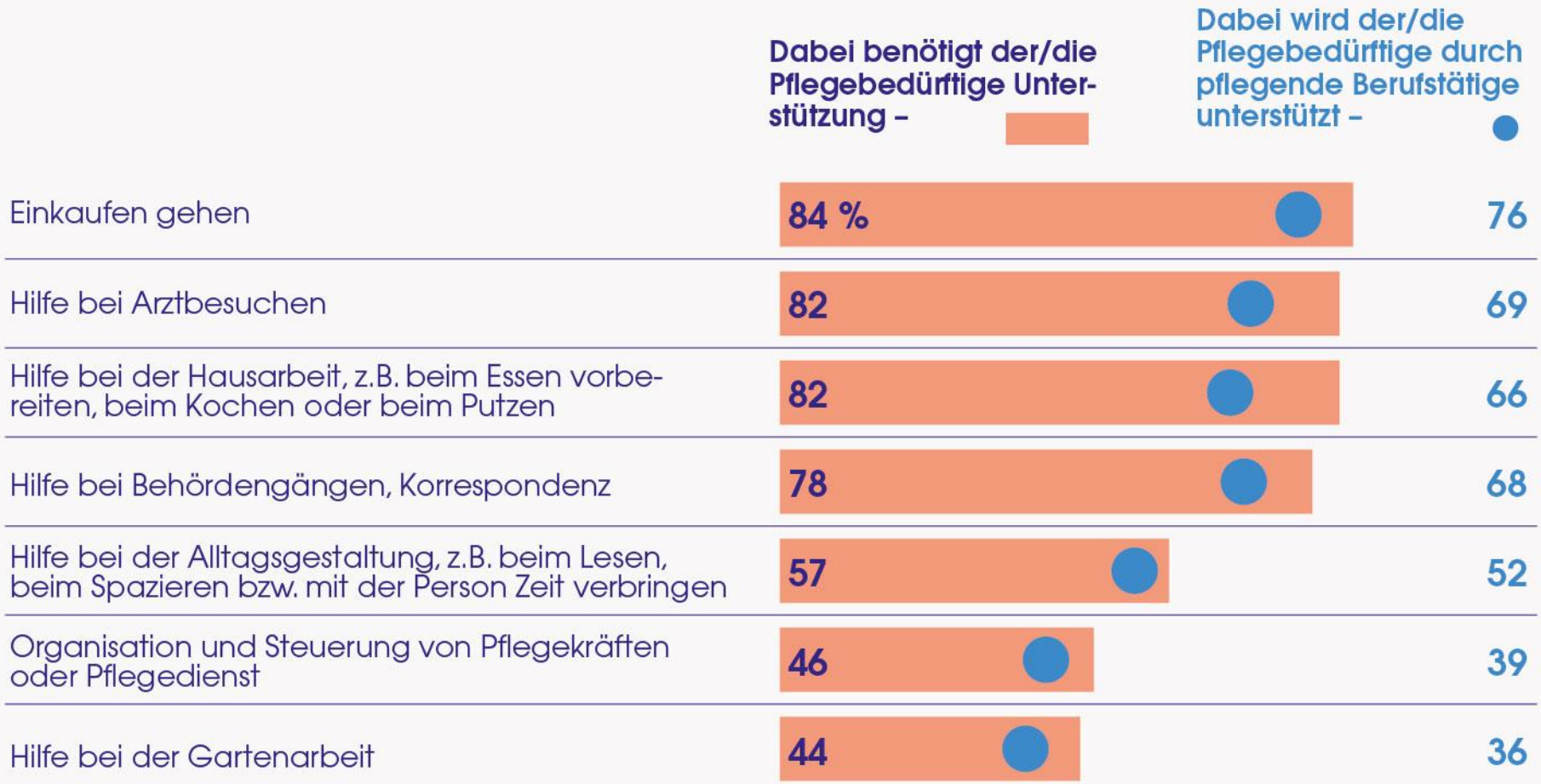




Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

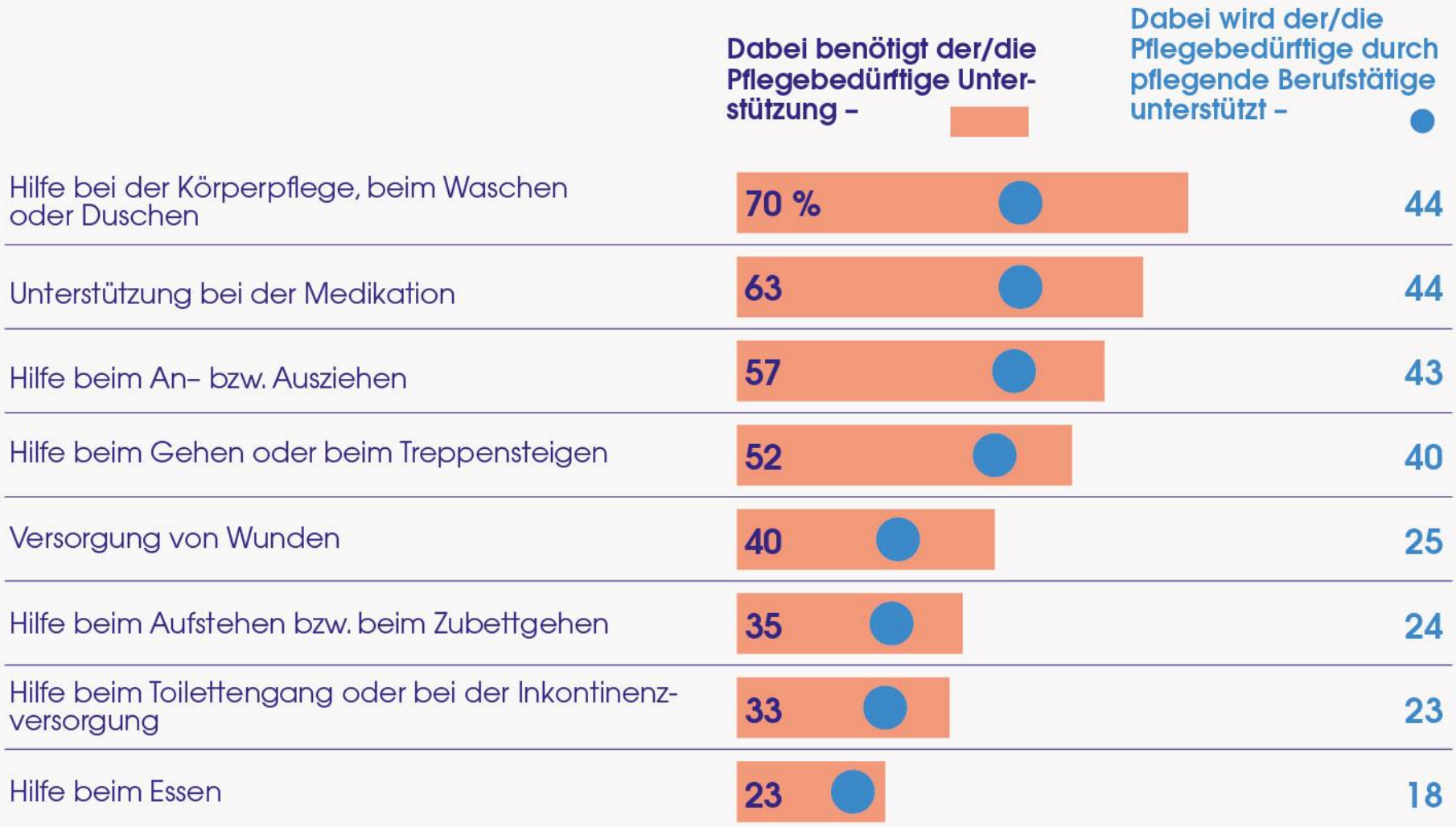
Benötigte und geleistete Unterstützung I



Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Benötigte und geleistete Unterstützung II



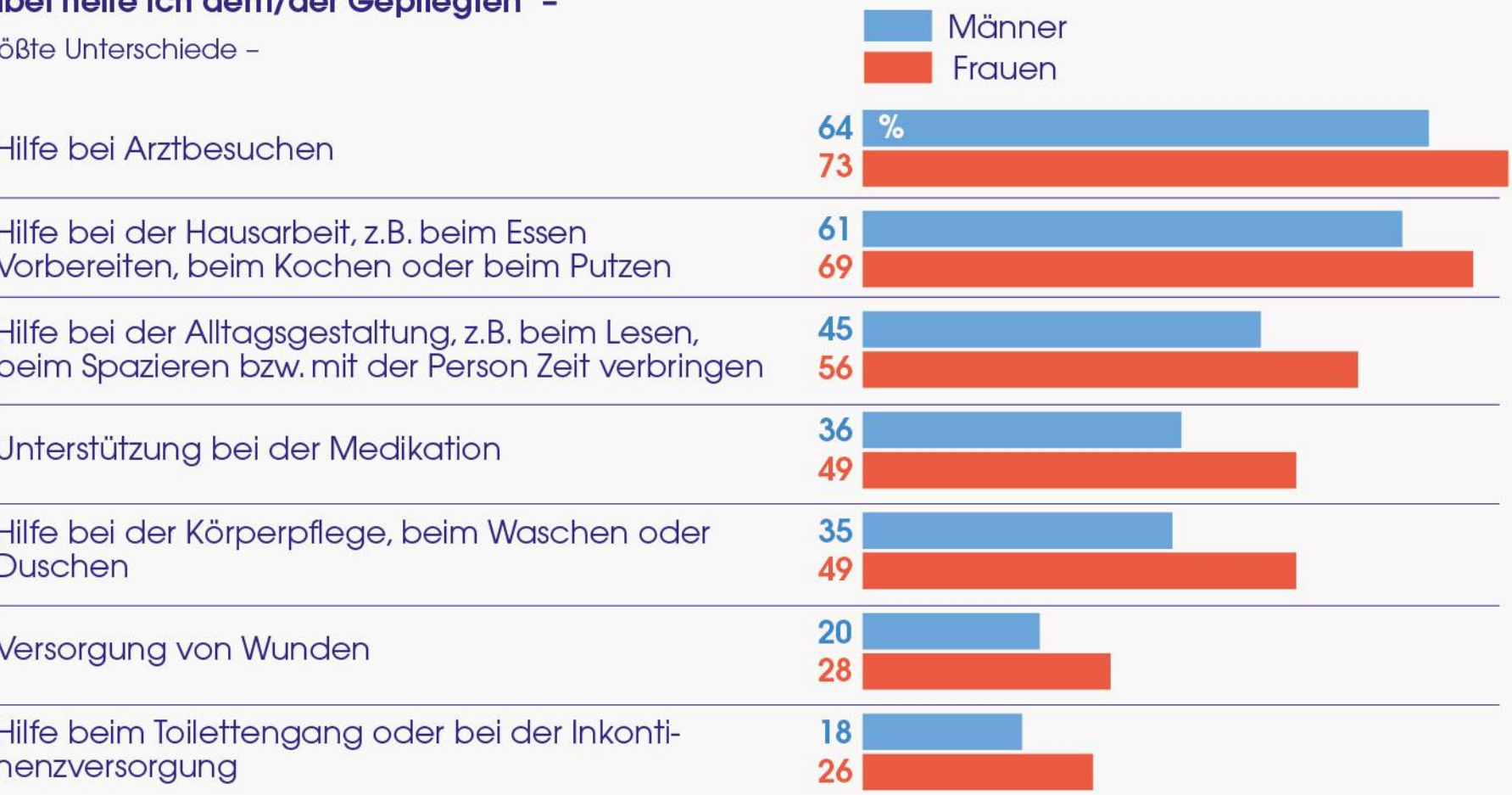
Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Pflegetätigkeiten von Männern und Frauen

"Dabei helfe ich dem/der Gepflegten" –

– größte Unterschiede –



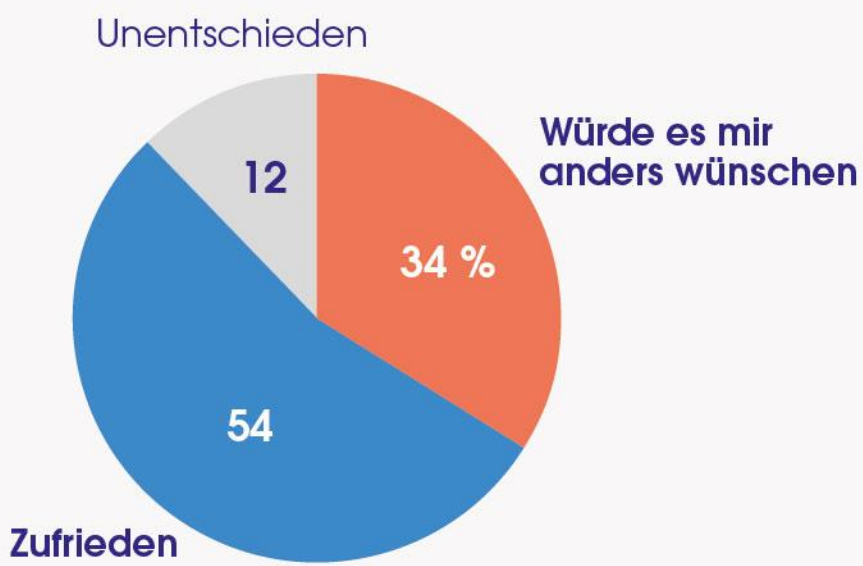
Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Zufriedenheit mit der Regelung der Pflegesituation bzw. Änderungswünsche

Frage: "Sind Sie alles in allem zufrieden damit, wie die Pflegesituation geregelt ist, oder würden Sie sich das anders wünschen?"

Pflegende Berufstätige insgesamt



Überdurchschnittlich unzufrieden:

Pflegende

- denen die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf schwerfällt
- die unter der Woche 20 Stunden und mehr Pflegeaufgaben übernehmen
- die allein pflegen
- die ihre Berufstätigkeit unterbrochen haben
- aus den schwächeren sozialen Schichten

- **Nur 57 Prozent bewerten ihre Pflegesituation als verlässlich, 37 Prozent haben teilweise Schwierigkeiten**

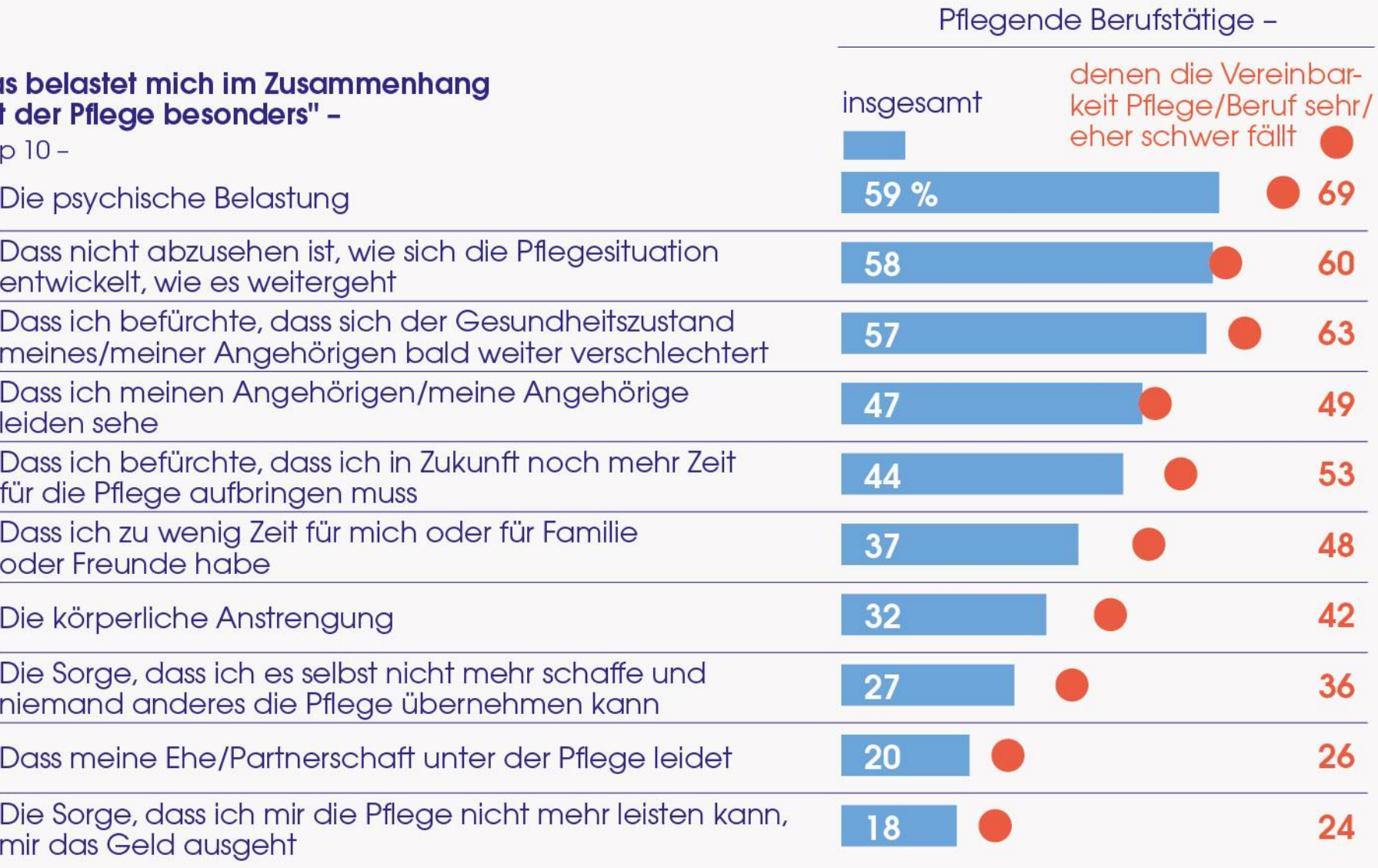
Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Was an der Pflege besonders belastet

"Das belastet mich im Zusammenhang mit der Pflege besonders" –

– Top 10 –



Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige

Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf ist für viele eine Herausforderung

- 53 Prozent der pflegenden Berufstätigen haben Probleme, Beruf und Pflegeaufgaben zu vereinbaren. Das gilt insbesondere für Berufstätige, die Pflegebedürftige der Pflegegrade 3 bis 5 betreuen, dafür unter der Woche 20 Stunden und mehr einsetzen sowie für Berufstätige aus den schwächeren sozialen Schichten.

- Jeder Dritte hat zugunsten der Pflege die Arbeitszeit reduziert oder unterbrochen, überdurchschnittlich diejenigen, die bei der Pflege keine Unterstützung haben, die 20 Stunden und mehr einsetzen und erst seit einigen Monaten mit der Situation konfrontiert sind. Frauen schalten beruflich signifikant stärker zurück als Männer.

- Wieweit nach der Bewältigung der Pflegeaufgaben eine Aufstockung bzw. Rückkehr in den Beruf geplant ist, hängt vor allem vom Alter und Geschlecht der pflegenden Berufstätigen ab, die ihre Berufstätigkeit reduziert haben. Viele sind jedoch unsicher, da die weitere Entwicklung der Pflegesituation meist nicht abschätzbar ist.

- Die Mehrzahl der pflegenden Berufstätigen arbeitet in Unternehmen, die Angebote für Arbeitszeit oder -art haben, die die Vereinbarkeit erleichtern. Problem: kleine Betriebe.

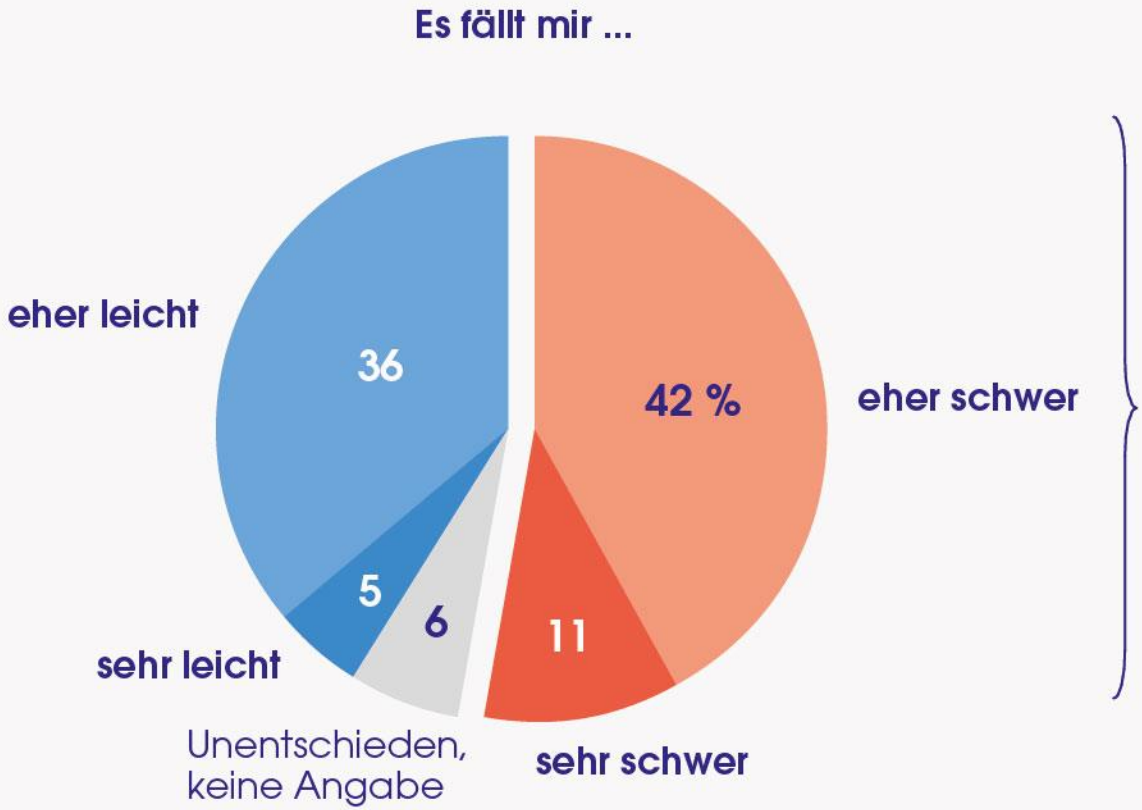
- Pflegende Berufstätige wünschen sich vor allem einfachere Antragsverfahren für staatliche Leistungen, mehr finanzielle Hilfen und Unterstützung im Haushalt für die pflegebedürftige Person.

- Knapp jeder Zweite fühlt sich unzureichend über die Leistungen informiert, die Pflegebedürftigen und Pflegenden zur Verfügung stehen.

© IfD-Allensbach

Vereinbarkeit von Pflege und Beruf: Mehr als die Hälfte der pflegenden Berufstätigen hat damit Probleme

Frage: "Einmal ganz allgemein gefragt: Wie leicht oder schwer fällt es Ihnen alles in allem, Beruf und Pflege miteinander zu vereinbaren?"



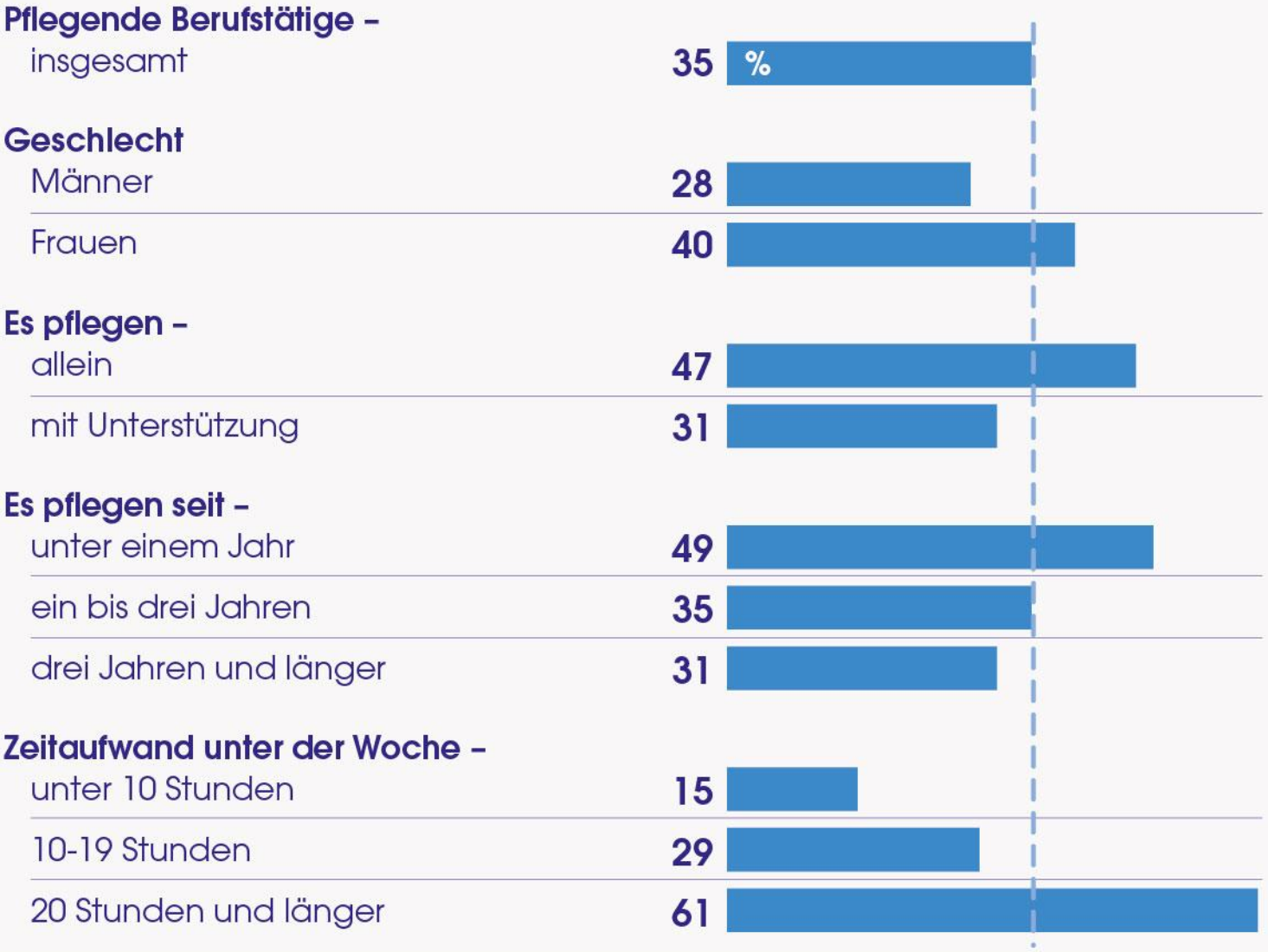
Überdurchschnittlich Probleme haben pflegende Berufstätige

- die unter der Woche 20 Stunden und mehr pflegen
- die Pflegebedürftige mit Pflegegraden 3-5 betreuen
- aus den schwächeren sozialen Schichten

Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Informell pflegende Berufstätige, die die Arbeitszeit reduziert oder die Berufstätigkeit unterbrochen haben



Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Gründe für die Reduzierung bzw. Unterbrechung der Berufstätigkeit

Pflegende Berufstätige, die ihre Arbeitszeit reduziert haben

- Reduzierung war der beste Kompromiss zwischen dem Wunsch, berufstätig zu bleiben und die Pflege zu übernehmen
- Unveränderte Berufstätigkeit war neben der Pflege nicht zu bewältigen
- Reduzierung hilft, die Doppelbelastung gesundheitlich zu bewältigen
- Eine Unterbrechung der Berufstätigkeit war finanziell nicht möglich
- Die leichteste Option, um auf die Situation zu reagieren
- Um wegen der eigenen Rente nicht völlig auszusteigen

Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Gründe für die Reduzierung bzw. Unterbrechung der Berufstätigkeit

Pflegende Berufstätige, die ihre Arbeitszeit reduziert haben

- Reduzierung war der beste Kompromiss zwischen dem Wunsch, berufstätig zu bleiben und die Pflege zu übernehmen
- Unveränderte Berufstätigkeit war neben der Pflege nicht zu bewältigen
- Reduzierung hilft, die Doppelbelastung gesundheitlich zu bewältigen
- Eine Unterbrechung der Berufstätigkeit war finanziell nicht möglich
- Die leichteste Option, um auf die Situation zu reagieren
- Um wegen der eigenen Rente nicht völlig auszusteigen

Pflegende Berufstätige, die ihre Berufstätigkeit unterbrochen haben

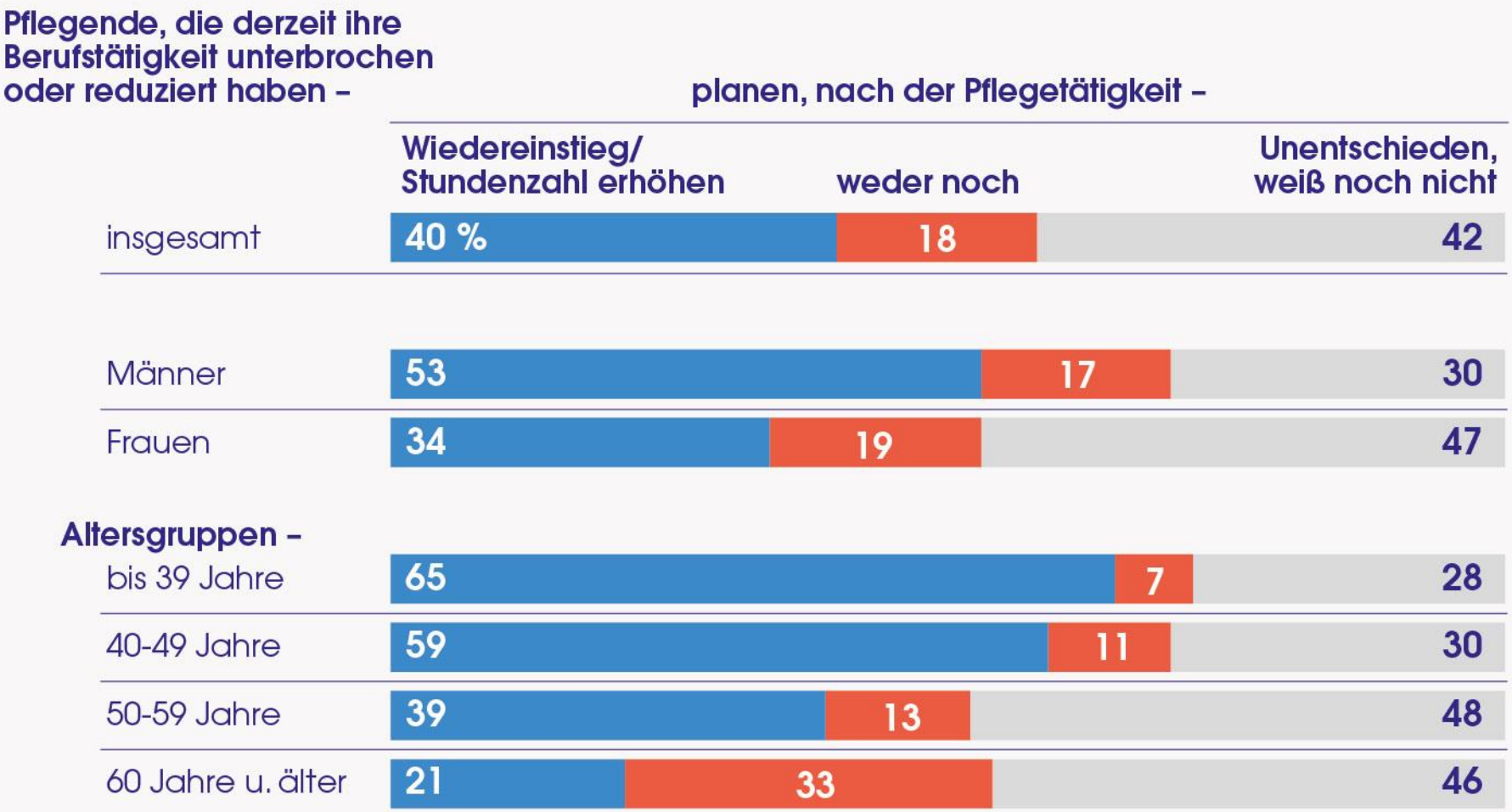
- Doppelbelastung war gesundheitlich eine Überforderung
- Hoher Pflegeaufwand
- Der Wunsch, sich ganz auf die Pflege zu konzentrieren
- Keine ausreichende Unterstützung durch andere und professionelle Dienste
- Nutzung der Pflegezeit
- Gewissheit, erneut in den Beruf einsteigen zu können

Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Wiedereinstieg in den Beruf oder Erhöhung der Stundenzahl – bei vielen unklar

Frage: "Planen Sie, nach der Pflegetätigkeit wieder in den Beruf einzusteigen bzw. Ihre Stundenzahl zu erhöhen, oder ist das nicht der Fall?"



Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige, die derzeit ihre Berufstätigkeit unterbrochen oder reduziert haben
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Zwei Drittel der Arbeitgeber machen hilfreiche Angebote

Frage: "Manche Angebote, die Arbeitgeber zur Verfügung stellen, kommen ja insbesondere auch pflegenden Mitarbeitern zugute. Welche Angebote gibt es bei Ihrem Arbeitgeber?"



Keine dieser Optionen häufig in kleinen Betrieben. Wo es keine dieser Möglichkeiten gibt, wird die Berufstätigkeit besonders häufig unterbrochen

Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Was pflegenden Berufstätigen vor allem helfen würde

Diese Hilfe würde ich mir wünschen –

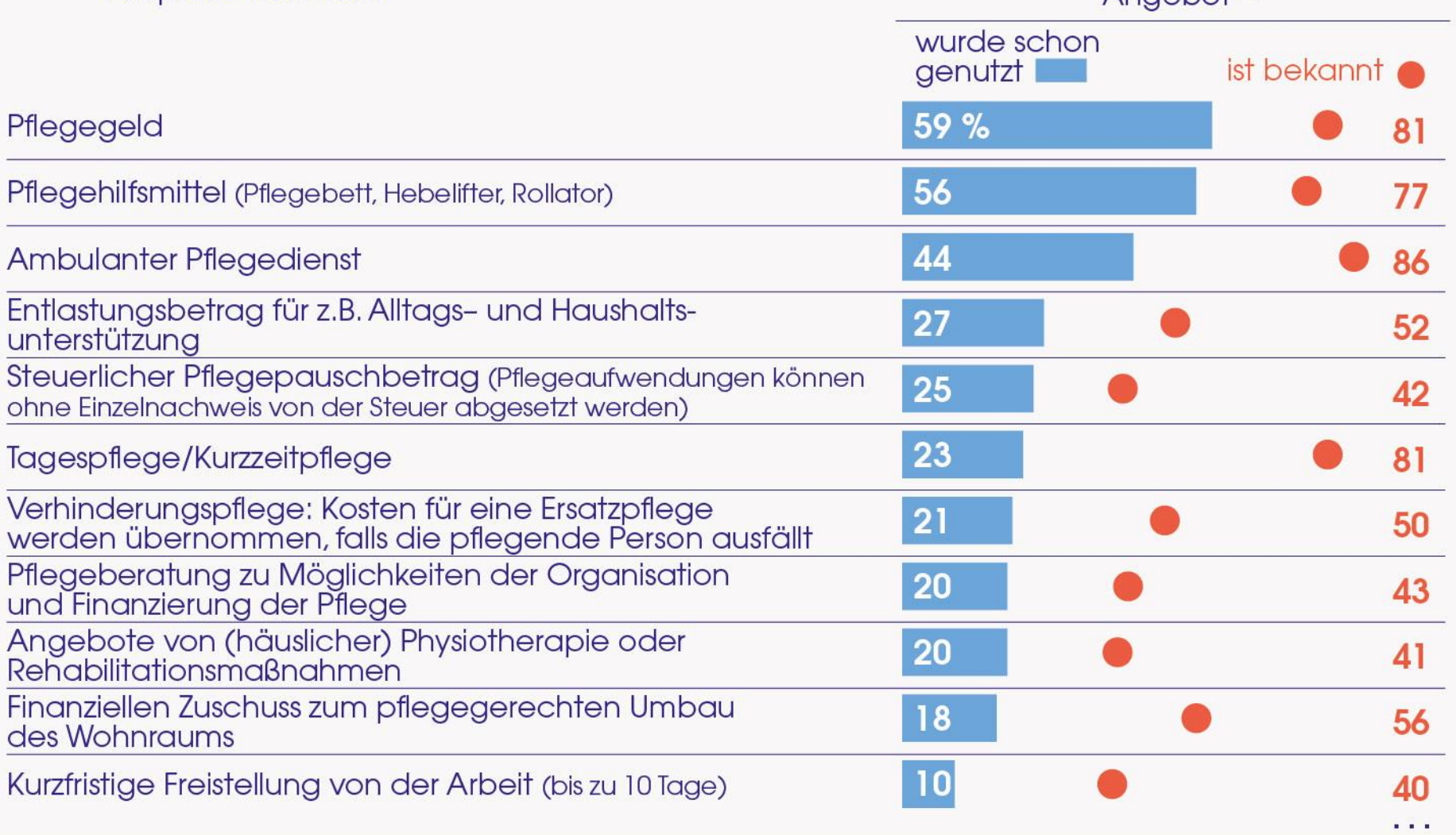


Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Bekanntheit und Nutzung von Unterstützungsleistungen I

Fragen: "Welche dieser Möglichkeiten kannten Sie, wovon wussten Sie, dass es das gibt?"
"Sind darunter Angebote, die Sie bereits in Anspruch genommen haben oder derzeit in Anspruch nehmen?"



Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Bekanntheit und Nutzung von Unterstützungsleistungen II

Fragen: "Welche dieser Möglichkeiten kannten Sie, wovon wussten Sie, dass es das gibt?"
"Sind darunter Angebote, die Sie bereits in Anspruch genommen haben oder derzeit in Anspruch nehmen?"



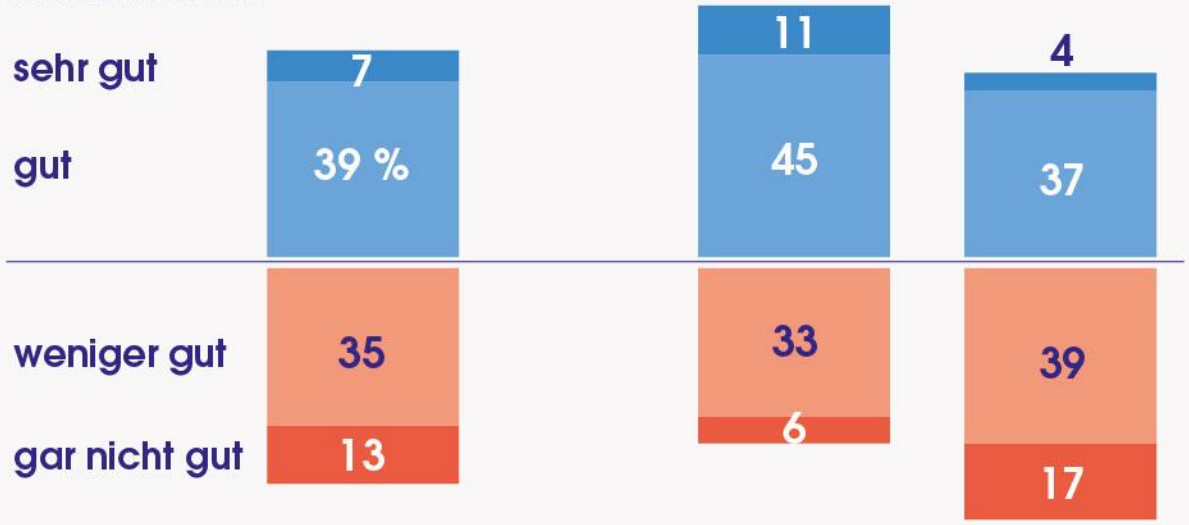
Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

Informationsstand über Pflegeunterstützung: bei weniger als der Hälfte der Pflegenden gut – Vereinbarkeits-probleme eher im Zusammenhang mit geringen Kenntnissen und geringer Nutzung

Frage: "Wenn Sie einmal an die Leistungen denken, die Pflegebedürftige oder die Personen, die sie pflegen, vom Staat, der Pflegeversicherung oder den Krankenversicherungen erhalten können: Wie gut fühlen Sie sich darüber alles in allem informiert?"

Es fühlen sich über Leistungen zur Pflegeunterstützung alles in allem informiert –



Durchschnittliche Anzahl der genutzten Leistungen bei –

sehr gut Informierten	4,2
bei gar nicht gut Informierten	2,8

Nicht dargestellt: unentschieden

Basis: Bundesrepublik Deutschland, informell pflegende Berufstätige
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 10205

© IfD-Allensbach

INSTITUT FÜR DEMOSKOPIE ALLENSBACH

Vereinbarkeit von Pflege und Beruf

Befragung von informell pflegenden Berufstätigen, die Personen mit einem Pflegegrad unterstützen. Juli/August 2026

Berlin, 5. November 2026