

Medienmitteilung vom 5. Mai 2026

## **Mütter und Väter mit psychischen Erkrankungen werden am Arbeitsplatz zu wenig unterstützt**

70 Prozent der Mütter und Väter, die von psychischen Erkrankungen rund um die Geburt betroffen sind, erhalten am Arbeitsplatz sehr selten oder gar keine Unterstützung. Ein Viertel kündigt deshalb das Arbeitsverhältnis. Das zeigt eine neue Studie der OST – Ostschweizer Fachhochschule und Periparto Schweiz (ehemals Postpartale Depression Schweiz).

Die Geburt eines Kindes ist für die meisten Eltern einer der schönsten Momente im Leben – manche stürzt dieses Ereignis jedoch in eine Krise. Rund 15 bis 20 Prozent der Mütter und 10 Prozent der Väter erleiden jährlich eine peripartale psychische Erkrankung, kurz PPE. Der Begriff «peripartal» bedeutet «rund um die Geburt» und umfasst die Zeit der Schwangerschaft, die Geburt selbst sowie das erste Jahr nach der Entbindung. Die bekannteste Form der PPE ist die postpartale Depression, hinzu kommen zum Beispiel Psychosen, posttraumatische Belastungsstörungen sowie Angst- und Zwangsstörungen. «Unbehandelt können PPE schwerwiegende Auswirkungen auf das Wohlbefinden des betroffenen Elternteils, der Familie und des Kindes haben», sagt Andrea Borzatta, Präsidentin von Periparto Schweiz, einer schweizweiten Non-Profit-Organisation, die Betroffenen hilft und Fachpersonen ausbildet.

In der Schweiz sind jährlich schätzungsweise 23'500 Personen betroffen. Fast jedes Unternehmen kommt also früher oder später mit dem Thema in Berührung. Doch besonders in der Arbeitswelt ist die psychische Gesundheit allgemein und PPE im Besonderen laut Borzatta ein grosses Tabuthema. Hinzu komme, dass viele Arbeitgebende noch immer erwarten, dass frischgebackene Eltern funktionieren wie zuvor – und das, obwohl sich ihr Leben drastisch verändert habe. In einer neuen Studie haben die OST – Ostschweizer Fachhochschule und Periparto Schweiz deshalb die Situation von PPE-Betroffenen in der Schweizer Arbeitswelt untersucht.

### **Betroffene leiden im Stillen**

Die Studie umfasst eine Analyse des Forschungsstandes, eine Online-Umfrage und zwei Workshops mit Betroffenen sowie Vertreterinnen und Vertretern von Unternehmen. An der viersprachigen Online-Umfrage nahmen 173 PPE-Betroffene in einem Angestelltenverhältnis teil. Davon gaben 70 Prozent an, während der Schwangerschaft und nach der Geburt sehr selten oder keine Unterstützung vonseiten der Arbeitgeberin oder des Arbeitgebers erhalten zu haben.

In einer offenen Frage konnten die Teilnehmenden beschreiben, welche Form der Unterstützung sie sich gewünscht hätten. Flexible Arbeits- und Wiedereinstiegsmodelle, Empathie und Verständnis, Zukunftsplanung sowie Jobsicherheit wurden genannt. Besonders oft wünschten sich die Betroffenen offene und proaktive Kommunikation zu ihrer Situation seitens des Unternehmens. Fast 60 Prozent der Befragten konnten mit der Arbeitgeberin oder dem Arbeitgeber keine oder nur sehr beschränkt offene Gespräche über ihre Erkrankung führen. «Niemand will darüber sprechen», sagte eine Betroffene. «Man würde sich viel weniger schämen, wenn mal jemand nachfragen würde.» Andrea Borzatta sieht das Problem unter anderem in der fehlenden Sensibilisierung: «Viele Arbeitgebende sind überfordert mit der Situation – sie wissen nicht, wie sie das Thema ansprechen können und es fehlt an klaren Prozessen oder Angeboten für Gespräche sowie an konkreter Unterstützung.» Die Folge laut Borzatta: Die Betroffenen leiden oft im Stillen.

### **Jede vierte betroffene Person kündigt**

Dieses Leiden hat direkte Auswirkungen auf die Arbeit: «Viele kündigen innerlich und kommen an ihre Grenzen», sagt Borzatta. Früher oder später führe dies oft zu einer Kündigung – vonseiten der betroffenen Person oder des Unternehmens. Das bestätigt die Studie: 26 Prozent der Befragten kündigten das Arbeitsverhältnis aufgrund der PPE oder der daraus resultierenden Konsequenzen im Unternehmen. Wie es

dazu kam, beschrieben die Betroffenen unterschiedlich. Einige von ihnen gaben an, durch fehlendes Verständnis bis hin zu Mobbing an diesen Punkt gekommen zu sein. Eine Befragte erzählte, dass ihr Unternehmen verlangte, nach dem Mutterschaftsurlaub direkt 80 Prozent zu arbeiten. Das war für sie nicht möglich und deshalb fühlte sie sich gezwungen, zu kündigen.

### **Unternehmen verlieren wichtige Fachkräfte**

Acht Prozent der Befragten gaben an, dass ihre Arbeitgeberin oder ihr Arbeitgeber das Arbeitsverhältnis während der Schwangerschaft oder nach der Geburt aufgrund der psychischen Erkrankung oder der daraus resultierenden Konsequenzen kündigte. «Die hohe Zahl ist erstaunlich, wenn man bedenkt, dass eine Kündigung während der Schwangerschaft und in den ersten 16 Wochen nach der Geburt in der Schweiz bei unbefristeten Arbeitsverträgen verboten ist», betont Borzatta. Ob die Entlassungen missbräuchlich waren, wurde in der Studie allerdings nicht erhoben. Einzelne Betroffene beschrieben jedoch, dass sie sich aus Scham nicht gegen die Kündigung gewehrt haben. Klar ist: Unternehmen verlieren wichtige Fachkräfte, weil sie ihre Mitarbeitenden mit PPE nicht ausreichend unterstützen. Das ist ein Problem für die gesamte Volkswirtschaft, denn «häufig fallen Mütter nach solchen Erfahrungen ganz aus dem Arbeitsmarkt oder arbeiten nur in kleinen Pensen weiter», erklärt Borzatta. «Damit geht wertvolles Potenzial verloren und das, obwohl die Heilungschancen bei rechtzeitiger Hilfe sehr gut sind.»

### **Beide Seiten einig in zielführenden Massnahmen**

Um die Bedürfnisse der PPE-Betroffenen und die Perspektive der Unternehmen besser zu verstehen, wurden auf Basis der Umfrageresultate zwei Workshops durchgeführt. Chiara Berger, Projektleiterin im IDEE Institut für Innovation, Design und Engineering der OST, zieht nach den Workshops Bilanz: «Sowohl die Betroffenen als auch die Unternehmen erachten ähnliche Unterstützungsmassnahmen als sinnvoll».

Zwei Themenfelder wurden in den Workshops als prioritär charakterisiert: Die Sensibilisierung und Schulung von Führungspersonen, HR-Fachpersonen und Mitarbeitenden sowie die proaktive Kommunikation. Erwünscht sind «Bye- und Welcome-Packages» für werdende Eltern. «Diese sollen relevante Informationen zur Schwangerschaft und der Zeit danach bündeln», sagt Berger und nennt als Beispiele administrative Abläufe, Kontaktstellen und Angebote des Unternehmens sowie Hinweise zu psychischer Gesundheit. «Die zwei in den Workshops identifizierten Bereiche legen nahe, dass der Handlungsbedarf weniger auf fehlende Bereitschaft als vielmehr auf mangelnde Strukturen, fehlendes Wissen und unklare Zuständigkeiten zurückzuführen ist», betont Berger.

### **Vier zentrale Handlungsfelder für Unternehmen**

Das Forschungsteam hat basierend auf den Erkenntnissen der Studie vier zentrale Handlungsfelder für Unternehmen und Organisationen herausgeschält, die von einer Fachperson validiert wurden. Diese sind: Kompetenzaufbau und Sensibilisierung, standardisierte Informationen und proaktive Kommunikation, klare Ansprechpersonen und strukturelle Unterstützung sowie flexible Arbeitsgestaltung und strukturierter Wiedereinstieg. Laut Berger wurden die Empfehlungen gezielt branchenunabhängig für Unternehmen unterschiedlicher Grösse konzipiert. «Vom KMU bis zum Grosskonzern – alle können die Massnahmen individuell anpassen und dadurch die Prävention fördern und Betroffene unterstützen.» Periparto Schweiz möchte die Empfehlungen als fachliche Grundlage nutzen, um darauf aufbauend Unterstützungsangebote für Unternehmen und Organisationen zu entwickeln.

Die Realisierung der Studie wurde durch die finanzielle Unterstützung der Ernst Göhner Stiftung, der Vontobel Stiftung sowie der Abteilung «Prävention und Gesundheitsförderung» des Kantons Zürich ermöglicht.

### **Downloads**

- [Switch-Drive](#): Medienmitteilung, Studie und Symbolbilder
- [Video zur Studie](#)

### Kontakte für Rückfragen

- Chiara Berger, Projektleiterin, IDEE Institut für Innovation, Design und Engineering, OST, 058 257 44 31, [chiara.berger@ost.ch](mailto:chiara.berger@ost.ch)
- Andrea Borzatta, Präsidentin, Periparto Schweiz, 044 720 25 55, [andrea@periparto.ch](mailto:andrea@periparto.ch)
- Nora Lüthi, Kommunikation OST, 058 257 13 31, [nora.luethi@ost.ch](mailto:nora.luethi@ost.ch)