

Coach my Career

# Guter Rat ist einfach – junge Menschen auf dem Weg zur Medizin

**Mirjam Benaiah**

Kommunikationsspezialistin FMH

Bachelor, Master und Staatsexamen. Wer den Weg zur Humanmedizin einschlägt, muss sich auf einen langen, wenn nicht sogar sehr langen Ausbildungsweg einstellen. Nur schon bis zum Staatsexamen dauert es mindestens sechs Jahre. Doch erst danach beginnt der eigentliche Weg hin zum Facharztstitel, der erneut mindestens fünf Jahre in Anspruch nimmt. Genau hier müssen die jungen Ärztinnen und Ärzte die Weichen für ihre Karriere stellen. Hilfestellung bietet dabei seit einem Jahr das Projekt «Coach my Career».

Im fast unendlichen Universum der Humanmedizinischen Fachgebiete den passenden Werdegang zu finden, ist kein einfaches Unterfangen. Unterstützung da-

der Leitenden Spitalärzte der Schweiz (VLSS), die Swiss Medical Students Association (swimsa), der Verband der Assistenz- und Oberärztinnen und -ärzte (AO), die Haus- und Kinderärzte Schweiz (mfe), das Schweizerische Institut für ärztliche Weiterbildung und Fortbildung (SIWF) sowie zwei Departemente der FMH, welche alle unter dem Dach der FMH zusammengefounden und das Projekt «Coach my Career» ins Leben gerufen haben.

Man habe die Not und Unsicherheit bei vielen jungen Menschen erkannt und wollte hier Gegensteuer geben, sagt Jürg Unger, Mitglied des FMH-Zentralvorstands und treibende Kraft des Projektes. Bei vielen Gesprächen mit jungen, höchst motivierten Menschen habe er eine ungeheure Motivation heraushören und spüren können. Viele Ideen und Wünsche seien im Raum gestanden, leider aber sehr oft nur wenig konkretes Wissen darüber, wie der nächste sinnvolle Karriereschritt aussehen könnte. Meist fehlten wichtige Informationen zum Beispiel darüber, wo sich für welches Fachgebiet die besten Aus- und Weiterbildungsstätten befinden, mit welchen Leuten man Kontakt aufnehmen muss oder welche Abteilungen in den Spitälern sich für welches Fach am besten für Praktika eignen.



Prof. Dr. med. Karl-Olof Lövblad (links) und Dr. med. Jürg Unger-Köppel zusammen mit den beiden Assistenzärztinnen Mariana Marti (2.v.l.) und Nicole Speck, die bereits erfolgreich am Coaching teilgenommen haben (© Mirjam Benaiah-Olstein / FMH).

## Genauere Vorstellungen bündeln

Was die Industrie schon vor Jahren erkannt hat, ist nun auch das Motto von «Coach my Career». Jahrelang angesammeltes professionelles Wissen soll nicht einfach vergessen gehen, sondern weiter genutzt werden. Bei

**55** *Mentorinnen und Mentoren stehen mit ihrem Wissen zur Verfügung*

«Coach my Career» heisst dies, das Wissen der älteren Ärztegeneration an junge Studentinnen und Studenten oder junge Ärztinnen und Ärzte, welche gerade im Dschungel der Medizinausbildung um Orientierung und Übersicht ringen, weiterzugeben.

Nicole Speck hat vor einem Jahr ihr Staatsexamen absolviert und sammelt nun erste Erfahrungen als Assistenzärztin an einer chirurgischen Abteilung. Bereits ist sie an der Planung ihres nächsten Karriereschritts und hat sich für ein Coaching angemeldet. Mit konkreten Fragen bestückt hat sie sich mit einer ihr zugewiesenen lang-

**41** *Mentees haben sich für das Coaching angemeldet*

jährig praktizierenden Ärztin und einem Arzt zu einem bei «Coach my Career» üblichen Dreier-Beratungsgespräch verabredet. Wie könnte es generell weitergehen, welche Möglichkeiten gäbe es für einen Auslandsaufenthalt, und wie würde der Weg hin zur pädiatrisch-plastischen Chirurgie aussehen?

Auch die Assistenzärztin Mariana Marti hat sich für ein Coaching angemeldet. Sie wollte jedoch mehr darüber erfahren, wo sie ihren Platz jenseits des klinischen Alltags finden könnte. Von ihren Coaches war sie über-

rascht. Dankbar nahm Mariana Marti die Inputs und Erfahrungen von ihren Coaches entgegen. Neue Ideen wurden geboren und alternative Wege eröffnet.

## Fokus auf die Zukunft legen

Als Erfolgserlebnis werden Coachings wie diese nicht nur von den Mentees gefeiert. Auch die Coaches freuen sich darüber, wenn sie junge Menschen auf ihrem Berufsweg unterstützen können. Selbst negative Erfahrungen, welche sie während ihrer langjährigen Karrieren gemacht haben, sind Bestandteil eines Beratungsgesprächs. Denn nur schon das Vermeiden von Fehlern oder das Sensibilisieren für problematische

**26** *Coaching-Gespräche haben bereits stattgefunden*

Situationen können einen jungen Menschen vor viel Frust und Enttäuschung bewahren.

«Coach my Career» steigt nun, gut ein Jahr nach seinem Start, erfolgreich aus den Kinderschuhen. Doch ausgeruht auf den Lorbeeren wird keineswegs. Die gut fünfzig Coaches, welche sich gegenwärtig für «Coach my Career» unentgeltlich engagieren, treffen sich an Workshops, tauschen Erfahrungen untereinander aus und entwickeln ihre Coachings weiter. Und auch die Jungen haben ihre Wünsche für die Zukunft formuliert.

«Coach my Career» soll bereits an den Hochschulen ein Thema sein, jedoch vor allem an den Spitälern aktiv an die jungen Ärztinnen und Ärzte herangetragen werden. Viel Unsicherheit und sogar Ängste können durch eine dem Nachwuchs angepasste Karriere vermieden werden, so dass letztlich höchst professionell ausgebildete und motivierte weitere Generationen in den Spitälern und in den Arztpraxen um die Patientin und den Patienten besorgt sind.

Dr. med. Jürg Unger-Köppel  
Mitglied des Zentralvorstands  
Stationäre Versorgung  
und Tarife  
Elfenstrasse 18  
Postfach 300  
CH 3000 Bern 15  
juerg.unger[at]fmh.ch