

Vorwort

Liebe Kollegin, lieber Kollege,

Sie halten den Leitfaden „Berufseinstieg Arzt – perfekt durchstarten“ in Ihren Händen. Vielleicht haben Sie das Examen gerade hinter sich und planen Ihren Berufseinstieg, oder Sie befinden sich noch im Studium, bereiten sich aber gerne von langer Hand vor. Ebenso ist es möglich, dass Ihnen einer Ihrer Unterstützer ein Geschenk gemacht hat, um Sie in der aufregenden Lebensphase des Berufseinstiegs als Arzt zu stärken.

Ihre große Mühe mit dem Medizinstudium hat sich gelohnt: Man wartet da draußen bereits auf Sie. Viele Tausende freie Arztstellen sind in den deutschen Krankenhäusern zu besetzen. Aber: Der Arztberuf kann noch viel attraktiver werden, und Sie gestalten ihn ab sofort mit. Während die medizinische Technologie und das Arztgehalt in den vergangenen Jahren bereits ordentlich Wachstum zeigten, sind die Hierarchien auf den deutschen Betten-Stationen oft noch von antiquiertem Charme.

Nun sind Ärzte ein genügsames Völkchen, und die historische Überlieferung, man könne froh sein, wenn man als Arzt eine Arbeit gefunden hat und möge sich schön hinten anstellen, keine frechen Fragen stellen und den medizinischen Ansichten des Chefarztes stets Glauben schenken, hält sich hartnäckig.

Dabei sind wir längst da. Wir sind die „Ärzte der Generation Y“¹, wie Krankenhaus-Betriebswirtschaftler uns nennen. Sie fürchten uns, weil wir dabei sind zu verstehen, dass der „alte Arzt“ ausgedient hat. Wir wollen Ausgewogenheit zwischen Arbeit und Freizeit, wollen partnerschaftlich und nicht hierarchisch mit Patienten und Kollegen arbeiten, möchten in Ruhe forschen und uns über empirisch gesicherte Medizin weiterbilden. Wir möchten nicht bis zur Erschöpfung Dienste und Überstunden abreißen. Und wir können das so machen, denn es gibt keine anderen Ärzte.

Zu Ihrer Entscheidung, dem Berufsstart eine besondere Aufmerksamkeit zu schenken, möchte ich Ihnen deshalb gratulieren. Vergessen Sie aber nicht, die Approbation richtig zu feiern, bevor Sie sich in diesem Buch weiter vorarbeiten – Papier ist geduldig (das gilt ab jetzt übrigens auch für die Arztbriefe).

1 „Generation Y“ beschreibt die Generation der ab 1980 geborenen Ärzte.

Ziel des Buches

Den schönsten und vielseitigsten Beruf der Welt haben Sie bereits, ab jetzt kommt es darauf an, was Sie daraus machen. Dass Sie Überdurchschnittliches leisten können, haben Sie bereits bewiesen – ob im Reform-/Modellstudiengang oder als „Normalo“: Die Vorklinik, das klinische Studium, unzählige Kurse, Praktika, Famulaturen und schließlich das Praktische Jahr – dazu jede Menge Prüfungen – haben Sie erfolgreich abgeschlossen.

Mit dem Austritt aus dem Studentenstatus und dem Übergang in die Berufstätigkeit sowie durch die Verantwortungsübernahme als approbierter Arzt, kommen jede Menge neue organisatorische Fragen auf Sie zu: Was sind ab jetzt neue Rechte und Pflichten? Wo kann ich meine Stärken einbringen? Wie plane ich die Facharztweiterbildung? Was sind nun überhaupt die ersten nötigen Schritte nach dem Examen?

Keine Sorge! Dieser Leitfaden wird Ihnen helfen, Schritt für Schritt alles abzuarbeiten – und vor auszuplanen. Ab jetzt gilt die Devise „Wenn Du es nicht machst, macht es keiner“. Während in der Uni außer Ihnen auch viele Menschen um Sie herum bemüht waren, viel in Ihre Ausbildung zu investieren, werden es ab jetzt vornehmlich Sie selber sein. Die Interessen Ihrer Patienten, Ihres Chefs und des Krankenpflegepersonals werden oft im Gegensatz zu dem stehen, was für Ihre Ärztliche Weiterbildung und Ihre Work-Life-Balance gerade günstig ist. Es wird nötig sein, zwischen den vielen Einflüssen, die auf Sie einwirken, angemessen abzuwägen.

Auf jeden Fall sollten Sie Ihre ganz persönlichen Ziele entwickeln und langfristig im Auge behalten – sonst legen andere den Kurs fest, und Sie kommen nie dort an, wo Sie hin wollen. Beim Einstieg in den Arztberuf und der nun anstehenden Weiterbildung gibt es nämlich einige Fallstricke, von denen Ihnen dieser Leitfaden hoffentlich den einen oder anderen ersparen kann.

Das Wichtigste jedoch ist: Die Arbeit als Arzt kann richtig Spaß machen!

Arbeit mit dem Leitfaden

In den folgenden Kapiteln möchte ich Ihnen so umfangreich wie nötig und so präzise wie möglich Informationen zu den anstehenden diversen Ereignissen und Formalitäten geben, aber auch auf eigene Erfahrungen sowie die Informationen aus unzähligen Gesprächen mit Kolleginnen und Kollegen aus sechs Jahren Berufserfahrung zurückgreifen. Aufgrund der Endlosigkeit von relevanten Themen wird es zu einigen Aspekten des Arztberufes im Buch (z. B. alternative Berufsfelder) lediglich Denkanstöße und Impulse geben, die Sie bei Interesse selber vertiefen können.

Im Buch finden Sie wichtige Praxistipps, die mit „!“ gekennzeichnet sind und Kästen mit der Überschrift „CAVE“, wenn Sie etwas unbedingt beachten sollten. Zudem habe ich Ihnen umfangreichere Informationen in Checklisten und

zu besonders interessanten Themen einige Hintergrundinformationen vermerkt. Zu bestimmten Inhalten gibt es zusätzlich Verweise auf die genannten Homepages (zuletzt abgerufen am 01.03.2014), damit Sie nicht lange danach suchen müssen, wenn Sie sich für nähere Informationen interessieren. Am Ende jeden Kapitels finden Sie noch einmal alles Wichtige – „Auf einen Blick“.

Natürlich müssen Sie nicht das ganze Buch von vorne bis hinten lesen: Es lassen sich kapitelweise die wichtigen Schritte separat abarbeiten. Falls Sie Informationen zu einem bestimmten Stichwort suchen, kann Ihnen das Sachverzeichnis am Ende des Buches sicher weiterhelfen. Im Anhang finden Sie eine Liste aller 33 medizinischen Fachgebiete in Deutschland mit Informationen zur Weiterbildungsordnung inklusive aller regionalen Besonderheiten. Diese Zusammenstellung soll Ihnen eine unverzichtbare Hilfe sein, wenn Sie sich bundesweit um Ihre erste Stelle bewerben und die jeweils gültigen Weiterbildungsbedingungen für Ihr Wunschfach vergleichen möchten.

Eventuell sind auch Tipps oder Ideen im Text vorhanden, die nicht zu Ihnen passen oder Ihnen nicht zielführend erscheinen. Das soll Sie nicht irritieren, sondern ist der persönlichen Note und Authentizität geschuldet, die ich in anderen Büchern zum Berufseinstieg als Arzt vermisst habe. Zum Beispiel könnte es sein, dass Sie sagen: „Eine vernünftige Mittagspause ist in meiner Klinik einfach nicht drin.“ Diese Situation kann ich gut nachvollziehen. Der „Berufseinstieg Arzt“ steht dennoch für ausreichende Pausen – Gründe dagegen werden Sie im Alltag sowieso genügend finden!

An vielen Stellen beziehe ich mich vor allem auf Arbeitssituationen im Krankenhaus, da die meisten von Ihnen ihre berufliche Laufbahn in der Klinik beginnen. Häufig habe ich auch versucht, die Besonderheiten in einer Praxis zu erfassen. Manchmal habe ich es aber bei der Bezeichnung „Chefarzt“ belassen und nicht immer wieder „oder Praxisbetreiber“ dazugeschrieben, obwohl oft das Gleiche für den ambulanten Bereich gilt.

Ebenso habe ich mich im gesamten Buch für die geschlechtsneutrale Form „Arzt“ entschieden, meine aber natürlich alle Ärztinnen und Ärzte gleichermaßen herzlich damit und bitte um Ihr Verständnis.

Sollten Ihnen bei der Lektüre des Buches oder bei der Arbeit vor Ort Fragen, Anregungen oder Ergänzungen zum „Berufseinstieg Arzt“ auf der Zunge brennen, zögern Sie bitte nicht, mich unter berufseinstieg@kugelstadt.eu zu kontaktieren.

Viel Spaß bei der mentalen und organisatorischen Vorbereitung auf eine spannende Zeit – Ihre erste Zeit als Arzt. Alles Gute und viel Glück wünscht Ihnen Ihr

Alexander Kugelstadt