Ausgabe 1|2025

acm journal

LEBEN. GLAUBEN. MEDIZIN.

Refocus. Encourage. Connect.

_ICMDA Europe Conference for Medical and Dental Students and Junior Doctors

acm arbeitsgemeinschaft christlicher mediziner
Eine Fachgruppe der akademiker_smd

EDITORIAL

Liebe Kolleginnen und Kollegen, liebe Mitglieder der ACM,

die Europa-Konferenz der ICMDA 2024 in Berlin hat uns auf eindrucksvolle Weise gezeigt, wie entscheidend es ist, sich neu auszurichten (Refocus), einander zu ermutigen (Encourage) und stärkende Verbindungen zu knüpfen (Connect).

Mehr als 200 Studierende und junge Ärztinnen und Ärzte aus 25 Nationen kamen zusammen, um sich gemeinsam auf Christus auszurichten, im Glauben zu wachsen und sich über Ländergrenzen hinweg zu vernetzen.

Im hektischen medizinischen Alltag ist es leicht, den Blick für das Wesentliche zu verlieren. Die Konferenz hat uns daran erinnert, dass unsere Berufung mehr ist als technische Expertise – sie ist eine Einladung, den ganzen Menschen zu sehen und Heilung in einem umfassenden Sinne zu ermöglichen. Inspirierende Vorträge, tiefgehende Gespräche und gemeinsames Gebet schufen einen Raum für Neuausrichtung: Wie können wir unseren medizinischen Dienst als Berufung Gottes verstehen? Wie gelingt es uns, im Alltag fest in Christus verwurzelt zu bleiben?

Ermutigung war ein zentrales Element der Konferenz. Ob durch bewegende Zeugnisse oder praxisnahe Seminare – wir haben erlebt, wie wichtig es ist, sich gegenseitig zu stärken. Die Arbeit im Gesundheitswesen ist anspruchsvoll und oft herausfordernd, doch gemeinsam können wir einander ermutigen, unsere Vision nicht aus den Augen zu verlieren: Medizin mit dem Blick Gottes auf den Menschen und einem Herzen für die Menschen. Nicht zuletzt hat die Konferenz bewiesen, dass wir als christliche Mediziner nicht allein sind. Über Grenzen hinweg haben wir uns verbunden und erfahren: Wir sind Teil einer weltweiten Gemeinschaft, die von derselben Hoffnung getragen wird.

Möge diese Konferenz nicht nur ein erhebendes Event gewesen sein, sondern eine Bewegung, die uns inspiriert, unseren Beruf mit Klarheit, Mut und Gemeinschaftssinn zu leben, indem wir uns immer wieder neu auf Gott und unsere Berufung ausrichten, uns gegenseitig ermutigen und verbinden.

Viel Freude bei der Lektüre wünscht

Dr. med. Debora Langenberg

© freepik.com © EyeEm / © svstrelkov

INHALT

RÜCKBLICK UND AUSBLICK 4
_Ein persönlicher Eindruck aus dem Organisationsteam
von Judith Khoury und Katharina Ceranski

EIN TIEFES WOHLBEFINDEN 6
_Die Wurzeln von Gesundheit und Frieden
von Pablo Matinez

KOSTSPIELIGER EINSATZ FÜR ANDERE 10
_ Sekundärtraumatisierung, *Compassion Fatigue* und meine Resilienz
von Gudrun Roth

PRINZIPIEN CHRISTLICHER FÜHRUNG 13
_Am Beispiel von Nehemia
von Ella Metry

LEADERSHIP-MEETING 16
_Was bleibt?
von Johanna Renz

FAST WIE EIN VORGESCHMACK AUF DEN HIMMEL 19
_Teilnehmerstimmen von der ICMDA

3-6 October 2024, BERLIN

REFOCUS. ENCOURAGE. CONNECT.

Nach mehr als zwei Jahren der Vorbereitungen war es Anfang Oktober für die Arbeitsgemeinschaft Christlicher Mediziner (ACM) endlich so weit: Sie wurde in Berlin zur Gastgeberin für die International Medical and Dental Association (ICMDA) und richtete die ICMDA Europe Conference for Medical and Dental Students and Junior Doctors aus.
Etwa 200 Studierende und junge Ärzte und Ärztinnen aus 25 Nationen kamen in der Berliner Stadtmission zusammen, um das Tagungsmotto Refocus. Encourage. Connect. zu erleben. Die Vision für die Konferenz war alles andere als klein: Neu auf Christus ausgerichtet, ermutigt und vernetzt – so sollten die Teilnehmenden nach der Konferenz an ihre Studienorte und Arbeitsplätze in ganz Europa zurückkehren.

ICMDA
Europe
Conference for Students & Doctors
3-6 October 2024, BERLIN

RÜCKBLICK UND AUSBLICK

_Ein persönlicher Eindruck aus dem Organisationsteam

von Judith Khoury und Katharina Ceranski

In der Vorbereitungsphase wurde uns als Team die Größe dieser Vision immer wieder bewusst. Die Organisation der Tagung in internationaler Zusammenarbeit brachte eigene Herausforderungen mit sich. Umso mehr hat uns die Geschichte der fünf Brote und zwei Fische dazu ermutigt, unseren begrenzten Beitrag Jesus anzuvertrauen und gespannt zu sein, was er, als bester aller Hauptveranstalter und Gastgeber, daraus macht. Unser Vertrauen in ihn wurde nicht enttäuscht: Teilnehmende berichteten, dass die Konferenz erfüllt war von Gottes Anwesenheit, die im Lobpreis, den Gebeten, Vorträgen, Seminaren und dem fröhlichen Miteinander zu spüren war.

In ihren Hauptvorträgen gelang es Dr. Pablo Martinez, Prof. John Wyatt, Jelena Sivulka und Jason Roach, die Zuhörenden zu ermutigen und einzuladen, tiefer in die Beziehung zu Jesus hineinzuwachsen. Sie gaben authentisch Zeugnis von der Treue, Güte und Größe Gottes, die sie im Beruf, auf ihren persönlichen Lebenswegen und insbesondere durch Leiderfahrungen hindurch erlebt hatten. Außerdem teilten sie praxisnahe Tipps, wie z. B. die Idee, die 40-sekündige Wartezeit am Blutgasanalysegerät routinehaft als Gebetszeit zu nutzen (Prof. Wyatt) oder die eigene seelische Verfasstheit zur Vorbeugung eines „Compassion Burnout“ zu testen (Jelena Sivulka).

Darüber hinaus gab es vielfältige Möglichkeiten für die Teilnehmenden, die Vision von Refocus. Encourage. Connect. auf der Tagung umzusetzen, wie z. B. beim Mittagsgebet, Prayer Ministry, den Seminaren und dem großen Angebot an Freizeitaktivitäten. Durch eine Tagungs-App und die Präsentation des mehrwöchigen Online-Angebots der sogenannten ICMDA Training Tracks (u. a. Bioethik und Apologetik) soll die längerfristige Vernetzung der Teilnehmenden ermöglicht werden.

Besondere Highlights der Konferenz waren die Podiumsdiskussion zum Thema „Medizinische Mission“ und der internationale Abend. Die (Lobpreis-)Lieder, Tänze, Sprachen und kulinarischen Spezialitäten aus den verschiedenen Ländern ließen die Vielfalt der Nationen und ihre Einheit in Christus erfahrbar werden – ein Vorgeschmack auf den Himmel.

Während der Tagung war nicht nur die jüngere ärztliche Generation in Berlin vertreten, denn parallel zur Konferenz trafen sich über 30 nationale Leiter und Leiterinnen der nationalen Bewegungen in Europa beim ICMDA Leadership Meeting. Durch den Austausch wurde die Zusammenarbeit gestärkt sowie über die Zukunft und strategische Ziele europaweit in der ICMDA reflektiert.

Schon während der Konferenz gab es positives Feedback von den Teilnehmenden und Leitern der ICMDA, besonders für die sehr gute Organisation (womit wir wohl einem deutschen Klischee alle Ehre gemacht haben).

Als Team können wir nur staunen, wie Gott diese Konferenz geleitet und gesegnet hat. Unser Gebet ist es, dass Refocus. Encourage. Connect. gute Früchte für Europas medizinisches Personal und Gesundheitssysteme trägt.

Judith Khoury

ist Referentin für Medizinethik und Public Policy in Drolshagen.

Dr. Katharina Ceranski

ist Assistenzärztin für Neurologie in Bonn.

freepik.com © EyeEm

Zehn Minuten am Tag „Amazing Grace“ zu singen, könne helfen, die Auswirkungen von Herzkrankheiten umzukehren, so eine neue Studie[1]. Forscher am Medical College of Wisconsin untersuchten, wie das Singen verschiedener Lieder die Blutgefäße älterer Menschen mit Herzkrankheiten beeinflusst.
Die Ergebnisse zeigten, dass diejenigen, die regelmäßig „Amazing Grace“ sangen, ein Lied, das von John Newton 1772 komponiert wurde, den größten Effekt auf die Verbesserung der Endothelfunktion erlebten – ein wichtiger Indikator für die Gesundheit der Blutgefäße rund um das Herz.

von Pablo Martínez

EIN TIEFES WOHLBEFINDEN

_Die Wurzeln von Gesundheit und Frieden

[1] Bagherimohamadipour, Mehri, et al. "Effects of Singing on Vascular Health in Older Adults with Coronary Artery Disease: A Randomized Trial." medRxiv (2024).

Diese bemerkenswerte Entdeckung fasst meinen Vortrag hervorragend zusammen: Es gibt eine enge Verbindung zwischen Gesundheit, Krankheit und Glauben, denn wir Menschen sind eine Einheit von Körper, Geist und Seele. Dies ist das Thema, über das ich sprechen möchte, mit einem Fokus auf den Patienten.

Die Relevanz von Gottes Wort in Gesundheitsfragen

Eine biblische Sicht auf Gesundheit und Krankheit ist möglich und notwendig in unserer Praxis als christliche Ärzte. Die Bibel hat viel über Fragen des Lebens und des Todes, der Prävention und Wiederherstellung, der Pflege und Heilung zu sagen. Tatsächlich muss man kein Christ sein, um den Reichtum und die Weisheit der Bibel in diesen Angelegenheiten zu verstehen und davon zu profitieren.
Als Psychiater bin ich besonders von den Zehn Geboten fasziniert. Der Dekalog ist ein hervorragendes Programm für soziale, spirituelle und persönliche Gesundheit. Wenn man jedes der Gebote gründlich studiert, wird man schnell ihren unerreichten präventiven (prophylaktischen) Wert entdecken. Ihr Ziel war es, eine gute Lebensqualität für den ganzen Menschen – mental, spirituell, physisch, sowohl auf persönlicher als auch auf gemeinschaftlicher Ebene – zu bewahren und zu fördern.
Mit der Bibel im Allgemeinen und den Zehn Geboten im Besonderen hat Gott uns einen erstaunlichen Rahmen für unsere Praxis gegeben. Die meisten Schlüssel zu Gesundheit und Krankheit sind in diesen göttlichen Richtlinien enthalten.

Drei Fragen werden uns helfen, unser Thema zu entfalten:

- Was ist ein Patient?
- Was ist Gesundheit?
- Was ist Heilung?

Die Antworten auf diese Fragen könnten in zwei Dreiergruppen zusammengefasst werden:

- PATIENT – PERSON – PRECIOUS
  (Patient, Mensch, wertvoll):
  Jeder Patient ist ein Mensch von großem Wert.
- GESUNDHEIT – FRIEDEN – GANZHEIT:
  Gesundheit ist ein Frieden, der aus der Ganzheit kommt.

1. Patient – Person – Precious: Das Wesen und der Wert jedes Patienten

Der Mensch kommt vor der Krankheit. Wir sollten dieses grundlegende, aber oft vernachlässigte Prinzip niemals vergessen. Wenn wir den Menschen vor uns nicht verstehen, werden wir die Krankheit dieser Person nicht vollständig verstehen. Wir behandeln Menschen, nicht nur medizinische Zustände. Deshalb müssen wir hier beginnen und die menschliche Natur unseres Patienten berücksichtigen.

Unser Wesen: Wir sind eine dreifache Einheit

Wir sind eine Einheit aus drei Teilen: dem somatischen Teil (unser Körper), dem mentalen Teil (Gedanken, Psyche) und unserem Geist (Pneuma). Wir sprechen von einer psychosomatisch-pneumatischen Einheit. Diese drei stehen in ständiger Wechselwirkung, d.h. wenn der Körper leidet, ist auch der Geist betroffen und die Seele/Psyche ebenfalls.
Als Spurgeon, der berühmte Prediger, an einem schmerzhaften Gichtanfall litt, hatte er stark gestörte Stimmungen. Wir können uns den Fürsten der Prediger, der depressiv war, kaum vorstellen, aber so war die Realität: Ein körperliches Problem beeinträchtigte seine Stimmung, und es könnte auch manchmal seine Predigt beeinflusst haben.

Körper, Geist und Seele sind untrennbar miteinander verbunden. Wir können keinen dieser Teile isolieren, so wie wir dieses psychosomatisch-spirituelle Ganze nicht von unseren Beziehungen und dem Einfluss unserer Umgebung isolieren können. Deshalb sprechen wir von einem bio-psycho-sozial-spirituellen Modell.

Diese biblische Anthropologie ist die Grundlage unseres medizinischen Ansatzes als christliche Ärzte. Dies ist unser Rahmen: Wenn der Mensch ein Ganzes ist, dann muss unsere Praxis ganzheitlich sein.

Aber wir haben hier ein Problem, eine der Hauptquellen von Spannungen in unserer klinischen Praxis. Die moderne Medizin mit ihrer Super-Spezialisierung und Hochtechnologie zerlegt den Menschen in einzelne Teile und vernachlässigt das Ganze. Kein Wunder, dass Patienten sich beschweren, ihre Ärzte kümmerten sich „nur um meine Niere oder meine Leber“.
Die Medizin ist von derselben Krankheit unserer Gesellschaft betroffen: „die Vergötterung der Technik“ (nach Jacques Ellul (1912 bis 1994), protestantischer französischer Soziologe, ein klarer Geist, der dieses Problem voraussehen konnte). Er warnte: „Wissenschaft wird alles in allem“, und parodierte damit die Worte des Paulus: „Christus ist alles in allem“ (Kolosser 3,11). Heute erleben wir eine zunehmende

ethische Spannung zwischen Technik und Werten. Ärzte sind sehr geschickt in der technischen Behandlung, aber fast ungebildet im menschlichen Aspekt der Behandlung. Sie sind zunehmend gut darin, Krankheiten zu heilen, aber zunehmend schlecht darin, den Menschen zu pflegen, der an der Krankheit leidet. Wir arbeiten mit Patienten, vergessen jedoch, dass die ursprüngliche Bedeutung des Wortes „Patient" im Lateinischen „der leidet" ist.
Zusammengefasst in einer Bemerkung von Patienten: Ärzte schauen heute immer mehr auf ihren Computerbildschirm und weniger auf das Gesicht ihrer Patienten, wodurch sie eine Art Beziehung verpassen, die ebenfalls heilt. „Medizin macht keinen Sinn, wenn wir vergessen, dass ihr Ziel der Mensch ist" (Valentín Fuster, prominenter Kardiologe und Direktor des Mount Sinai Hospitals in New York).

Wann immer es Spannungen gibt, benötigen wir Balance. Balance ist immer die beste Antwort auf Spannungen zwischen zwei Polen. Und hier kommt die *Medizin des ganzen Menschen* ins Spiel. Es ist ein Ansatz zur Medizin, der in jedem Patienten eine Einheit von Körper, Psyche und Geist sieht, die wiederum nicht von ihrer Lebensgeschichte, ihrer Biografie, getrennt werden kann.
Einer der Pioniere der *Medizin des ganzen Menschen* (Médecine de la personne) war der Schweizer Arzt Paul Tournier, der als einer der einflussreichsten christlichen Ärzte des 20. Jahrhunderts gilt. Ich hatte das Privileg, von ihm ein grundlegendes Prinzip zu lernen:

Unser Ziel als Ärzte ist es, den ganzen Menschen zu behandeln, nicht nur die kranken Teile.

Unser Wert: Wir sind Gottes Gedicht

Die *Medizin des ganzen Menschen* hat eine weitere besondere Eigenschaft: Sie zielt darauf ab, jeden Patienten als Menschen von großem Wert zu behandeln. Dies ist so, weil Gott jeden von uns einzigartig gemacht hat und wir ihm kostbar sind. Diese Wertschätzung ist so groß, dass wir in den Worten des Paulus „Gottes Werk" sind (Epheser 2,10) – man könnte sagen, wir sind sein Gedicht.
Gott schreibt ein einzigartiges Gedicht im Leben eines jeden von uns. Wir sind so wertvoll für Gott, dass er bereit war, einen sehr hohen Preis zu zahlen, um uns zu „kaufen" (zu erlösen): den Tod Christi.
Mensch, Patient und wertvoll: Das ist die erste Dreiergruppe. Diese „drei P" waren mein Motto während meiner gesamten Karriere. Jedes Mal, wenn ich einen Termin begann, versuchte ich, mir still zu wiederholen: „Dieser Patient ist ein Mensch, er ist wertvoll." Ich bin mir sicher, dass mir das geholfen hat, Agape-Liebe zu vermitteln: ein starkes Verlangen zu helfen.
Wir können nicht immer heilen, aber wir können immer pflegen und zuhören. Deshalb ist eine gute Arzt-Patient-Beziehung eines der wichtigsten therapeutischen Werkzeuge. Die Beziehung an sich enthält eine therapeutische Kraft. Aber es ist noch mehr; sie enthält auch eine evangelistische Dimension. Tatsächlich werden Sie beim Praktizieren der *Medizin des ganzen Menschen* entdecken, dass es ein natürlicher Ausdruck Ihres Glaubens wird. Was für ein kraftvolles Zeugnis, wenn ein Patient sagt: „Kein Arzt hat mich jemals so behandelt wie Sie."

Wir sind „lebendige Briefe", die unsere Patienten die ganze Zeit lesen. Unsere Einstellungen sind ebenso wichtig wie unsere Worte.

Deshalb, weil wir als Ganzes geschaffen sind, als Einheit von Körper, Geist und Seele. Weil wir von großem Wert sind für Gott, sind wir berufen, Ärzte des ganzen Menschen zu sein, unabhängig von unserer Fachrichtung.

2. Gesundheit – Frieden – Ganzheit

Unsere zweite Dreiergruppe führt uns zur Frage: Was ist Gesundheit? Die biblische Sicht auf Gesundheit ist ebenfalls ganzheitlich. Wir sehen dies an der engen Beziehung zwischen drei Wörtern: Gesundheit, Frieden und Ganzheit. Gesundheit ist der Frieden, der aus Ganzheit kommt. In derselben Weise, wie wir den Menschen nicht teilen können, können wir auch die Gesundheit nicht auf eine einfache Linderung von Symptomen reduzieren. Daher der Titel dieses Vortrags: die tiefen Wurzeln der Gesundheit.
Frieden und Gesundheit kommen aus derselben hebräischen Wurzel: *shalom* und *shalem*. Ihre sprachliche Nähe spiegelt ihre Nähe im wirklichen Leben wider. Frieden (im biblischen Sinne von shalom) ist der höchste Ausdruck von Gesundheit.
Lassen Sie uns die Definition von Gesundheit der WHO in Erinnerung rufen: „Es ist ein Zustand des vollständigen Wohlbefindens und nicht lediglich das Fehlen von Krankheit oder Gebrechlichkeit." Diese Worte weisen bemerkenswert auf die hebräische Vorstellung von shalom hin. Bewusst oder unbewusst ist sie klar von der Bibel inspiriert. Die biblische Beziehung zwischen Gesundheit und Frieden wird in dieser Definition von Gesundheit anerkannt.
Dieser Frieden kommt letztendlich aus Ganzheit. Das Wort Ganzheit vermittelt (unter anderem) die Idee von Gesundheit. Hier erkennen wir erneut die ganzheitliche Natur der Gesundheit. Ganzheit ist das Gegenteil von „Zerrissenheit", sich zerbrochen zu fühlen oder zerbrochen zu sein. Interessanterweise korreliert diese Idee mit unserer Alltagserfahrung: Wenn wir krank sind, sagen wir, dass wir uns „gebrochen" fühlen.
Dieses ganzheitliche Verständnis von Gesundheit macht deutlich, warum konventionelle Behandlungen nicht ausreichen, um viele Krankheiten zu lindern. Es gibt ein tieferes Niveau, eine Art „Keller" in unserem Herzen, wo Krankheit gedeiht.

Unsere Lebensgeschichte enthält helle Seiten, aber auch Seiten voller Schmerz und Frustration. Dort gibt es zerbrochene Träume, Wut, Schuld und schwierige Beziehungen, die Narben hinterlassen und uns anfälliger für jede Krankheit machen.

Daher ist unsere Mission und unser Ziel als christliche Ärzte nicht nur, Symptome zu lindern, sondern dem Patienten zu helfen, in Ganzheit zu wachsen.

3. Heilung: Eine Reise zur Ganzheit

Die Antwort auf die dritte Frage, „Was ist Heilung“, wird uns einige grundlegende Richtlinien geben, wie wir unseren Patienten in der täglichen Praxis helfen können. Die Veranschaulichung einer Wunde kann uns helfen, dies besser zu verstehen. Die Heilung einer Wunde erfordert mehrere Schritte.

Die Reinigung der Wunde: Der therapeutische Wert der Vergebung

Reinigung bedeutet, sich von tödlichen Emotionen zu befreien: Wut, Groll, Bitterkeit, soweit wie möglich. Sie spielen eine Schlüsselrolle bei der Entstehung von Krankheiten.

Vergebung ist eine kraftvolle Quelle der Gesundheit. Denken Sie daran, dass Vergebung bedeutet, das Gift aus schmerzhaften Erinnerungen zu entfernen, offene Wunden in Narben zu verwandeln.

Versuchen Sie, sich so weit wie möglich mit anderen zu versöhnen. Folgen Sie dem gesunden Rat des Paulus: „Wenn es möglich ist, so viel an euch liegt, lebt mit allen Menschen in Frieden“ (Römer 12,18).
Reinigen Sie auch Ihren Geist von den Abfällen negativer Gedanken. Die Praxis von Philipper 4,8 hat einen außergewöhnlichen prophylaktischen Wert: „Alles, was wahr, alles, was ehrbar, alles, was recht, alles, was rein, alles, was liebenswert, alles, was wohlgefällig ist – wenn es eine Tugend und wenn es ein Lob gibt – darauf seid bedacht.“

Das Nähen der Wunde: Die Bedeutung der Akzeptanz

Versuchen Sie, sich mit Ihrer Vergangenheit soweit wie möglich zu versöhnen. Versuchen Sie, Ihr eigenes Leben zu verstehen und eine Erklärung für Ereignisse zu finden, die Sie vorher nicht verstanden haben. Und vor allem versuchen Sie, Gottes Eingreifen durch sie zu entdecken. Gott ist ein großartiger Recycler. Er kann all das Müllmaterial unseres Lebens recyceln und es zum Guten wenden (Römer 8,28).

Prävention: Bereit sein zur Veränderung

Identifizieren und korrigieren Sie alle Fehler, die Ihre Gesundheit beeinflussen und sogar zu Krankheiten führen können. Überprüfen Sie Ihre Ambitionen und Motivationen. Versuchen Sie, Ordnung in Ihr inneres Leben zu bringen und zu sehen, ob Sie eine Neuorientierung benötigen. Seien Sie bereit, zu wählen und mutig zu ändern.

Schlussfolgerung: Jesus, der große Arzt, ist unser größtes Vorbild

Ganzheit impliziert letztendlich die Heilung von der unheilbaren Sucht nach sich selbst, die wir Sünde nennen. Deshalb finden wir die tiefste Wurzel von Ganzheit, Frieden und Gesundheit in Christus, unserem größten Vorbild und dem, der es uns ermöglicht, Ärzte des ganzen Menschen zu sein. Tatsächlich wurde die Pflege des ganzen Menschen von Jesus selbst praktiziert. Sowohl in öffentlichen als auch in persönlichen Begegnungen versuchte Jesus, den ganzen Menschen zu erreichen und setzte damit das Modell für uns. Wenn wir den Sinn unserer Existenz in Jesus Christus entdecken, sind die Grundlagen gelegt, um jede Krankheit zu verhindern und zu behandeln, sei sie physisch oder emotional.

Jesus Christus ermöglicht die Heilung des ganzen Menschen, weil er gekommen ist, um alle Arten von Zerbrochenheit zu heilen und uns Leben im Überfluss zu geben. Das sind die tiefen Wurzeln von Gesundheit und Frieden.

Dr. med. Pablo Martínez
ist Facharzt für Psychiartrie in Barcelona.

© freepik.com

KOSTSPIELIGER EINSATZ FÜR ANDERE

_Sekundärtraumatisierung, *Compassion Fatigue* und meine Resilienz

von Gudrun Roth

Jesus spürte, dass Kraft von ihm ausging (Lukas 8,43-46), als eine blutende Frau ihn berührte und geheilt wurde. Wann habt ihr zum letzten Mal gespürt, dass ihr Kraft gelassen habt, beruflich oder privat?
Was hat das mit dem Thema kostspieliger Einsatz für andere zu tun?
Was wir für andere tun, kostet uns Kraft, Zeit, Energie, Finanzen … Und wenn wir immer nur geben, sind unsere Ressourcen irgendwann verbraucht. Das kann bis zum *Compassion Fatigue* (im Folgenden als CF abgekürzt, d. h. Mitleidsmüdigkeit) gehen. Es entsteht das Gefühl, wie eine ausgequetschte Zitrone nichts mehr geben zu können; Helfende sind also von ihren Bemühungen um Patienten emotional ausgelaugt.

Symptome des CF sind u. a. ein starkes Gefühl von Hilflosigkeit und Ohnmacht Patienten gegenüber, sowie Ängste, Unsicherheit, Wut, reduzierte Empathie, Gefühle von Überforderung durch die Arbeit, von Taubheit und Distanziertheit sowie Verlust des Interesses an zuvor geschätzten Aktivitäten. Das wichtigste Symptom ist ein Rückzug aus sozialen Beziehungen.

Eine Studie[1] mit 607 Teilnehmern aus helfenden Berufen zeigte, dass Ärzte besonders CF-gefährdet sind. Dabei sind u. a. lange Arbeitszeiten und Neigung zu erhöhter Selbstkritik signifikant beitragende Faktoren. Und wer kennt das nicht: die Erschöpfung in einer Notaufnahme, anstrengende Dienste oder nicht enden wollende Aufgaben in einem Missionskrankenhaus, dazu die Fragen, gerade bei schlechtem Ausgang: Habe ich mein Möglichstes getan? Habe ich etwas übersehen in der Hektik? Bin ich meinen Patienten gerecht geworden?

Auch Sekundärtraumatisierung, definiert als kumulativer Effekt von der Arbeit mit Trauma-Überlebenden auf die eigene Wahrnehmung und das Wertesystem als Helfer, gefährdet uns im ärztlichen Beruf. Die Symptome gleichen dabei denen von primär Traumatisierten, d. h. sie kommen aus drei Bereichen – Wiedererleben z. B. des geschilderten Traumas bei Tag oder in Träumen, zudem Versuche, das Wiedererleben durch Vermeiden von Nachrichten, Personen, Orten und Umständen, wie sie die traumatisierten Patienten erlebten, zu verhindern sowie ein ständiges Gefühl der Bedrohtheit mit hohem Anspannungsniveau.
Eine gute Resilienz kann vor beidem, der Sekundärtraumatisierung und der *Compassion Fatigue,* schützen. Resilienz – ursprünglich die Fähigkeit von Materialien, nach Druckbelastung in ihre ursprüngliche Form zurückzuspringen – meint hier die Fähigkeit, Krisen zu bewältigen und aus ihnen gestärkt hervorzugehen. Resilienz ist also eine wichtige schützende Fähigkeit für Medizinerinnen und Mediziner.

Zunächst einmal ist Resilienz eine Mischung aus angeborenen und durch ausreichend gute Förderung in der Kindheit entstandene Eigenschaft. Kinder, die eine sichere Bindung zu mindestens einer Elternfigur oder Betreuungsperson aufbauen können, haben bereits einen großen Vorsprung im Leben, ebenso wie flexiblere Menschen, Menschen mit guten Sozialkompetenzen und Problemlösefähigkeiten.

Entscheidender Schutzfaktor für alle Menschen ist aber das soziale Netzwerk, wie Studien immer wieder bestätigt haben. Dieses bedarf einer lebenslangen Pflege, da sich Beziehungen durch Veränderungen in der Familie, in der Arbeitssituation, im Freundeskreis, bei Umzügen etc. immer wieder neu gestalten. Tiefergehende Beziehungen vertrocknen wie eine Zimmerpflanze ohne Pflege.

Hier sei die Frage erlaubt:

- Wie sieht es gerade mit eurem sozialen Netzwerk aus?
- Wo investiert ihr euch gerade familiär, in der Gemeinde, bei Freunden oder Kolleginnen?
- Gibt es da „Pflegebedarf“?
- Fallen euch gerade keine tragfähigen Beziehungen ein?
- Wo kann ich mein soziales Netzwerk (re-)aktivieren?

Das kann eine wichtige Baustelle in eurem Leben sein, um die Resilienz zu stärken.

Wie sieht es denn beruflich aus? Ein wichtiger Faktor, um langfristig am Ball bleiben zu können, ist die *Compassion Satisfaction*, also die Befriedigung, die wir aus der Arbeit schöpfen. Da hilft schon das Wahrnehmen, was uns der helfende Beruf bedeutet und die Dankbarkeit, dass wir ihn

[1] Prevalence of compassion fatigue among helping professions and relationship to compassion for others, self-compassion and self-criticism
Received: 28 September 2021 | Revised: 4 January 2022 | Accepted: 16 January 2022
DOI: 10.1111/hsc.13741
REVIEWARTICLE
Natália Ondrejková MA | Júlia Halamová PhD
https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1111/hsc.13741, accessed 1 Oct. 2024

erlernen und ausüben können. Denken wir einmal zurück, mit welchem Enthusiasmus wir – hoffentlich – einmal angetreten sind. Oft aber ist diese Befriedigung auf der Strecke geblieben, vielleicht durch die Länge der Last, durch Bürokratie, fachfremde Arbeiten, Spannungen, Erschöpfung oder durch eigene Krankheit, durch Kunstfehlerprozesse, moralisches Versagen oder dergleichen. Wir haben eine eingebaute Tendenz, das Negative stärker zu werten als das Positive – gerade wir Deutschen. Darum ist es wichtig, nicht nur über Misserfolge zu grübeln, sondern Erfolge bewusst zu feiern. Wichtig ist auch die Erkenntnis, dass ein Berufsleben einem Marathon gleicht und nicht einem Sprint, d. h. eine ganz andere Herangehensweise erfordert. Als Christen haben wir eine andere Chance, unser Tun als bedeutungsvoll und befriedigend zu erleben. Wir folgen dem, der voller Mitgefühl war und ist. Wir können Erfolge mit ihm feiern und Misserfolge zu seinen Füßen ablegen, und vor allem tragen wir gemeinsam mit ihm die Lasten unseres Lebens.

Welche praktischen Schritte können wir tun, wenn wir uns im Segment Sekundärtraumatisierung oder *Compassion Fatigue* wiederfinden, wenn unsere Resilienz aufgebraucht ist und unsere Empathie?

Hier einige praktische Ideen:

Am Anfang erst mal eine gute Diagnose erstellen:
Was nehme ich verändert wahr und wie lange schon? Dabei ruhig auch mal Partner/in und gute Freunde fragen, was sie bei uns sehen. Kann ich Veränderungen an bestimmten Ereignissen festmachen oder geht es um schleichende Prozesse? Was stört mich besonders, z. B. das Gefühl der Hilflosigkeit, Versagen, Leere, Kraftlosigkeit?

Nach der Diagnose hier ein paar Therapievorschläge:
Nehmt euch 1,5 Stunden Zeit, (wenn CF bereits besteht, dann besser einen halben bis ganzen Tag), zieht euch ungestört zurück und reflektiert die Fragen aus dem Artikel, dazu noch die folgenden:

Dr. Gisela Roth
ist Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie in Detmold.

- Wie bin ich in den Beruf gestartet, was trägt davon heute noch – und was nicht mehr?
- Was kann ich loslassen als nicht mehr passend?
- Brauche ich eine Pause, eine neue Richtung, eine neue Berufung von Gott in Altes oder Neues hinein?
- Was kann ich delegieren?
- Wo kann ich mein soziales Netzwerk (re-)aktivieren?
- Wo finde ich noch Freude?
- Was will ich ausprobieren, das Befriedigung schenken könnte?
- Wenn im Heilen Kraft von mir ausgeht – wo bekomme ich die Kraft zurück?
- Brauche ich seelsorgerliche oder therapeutische Hilfe?

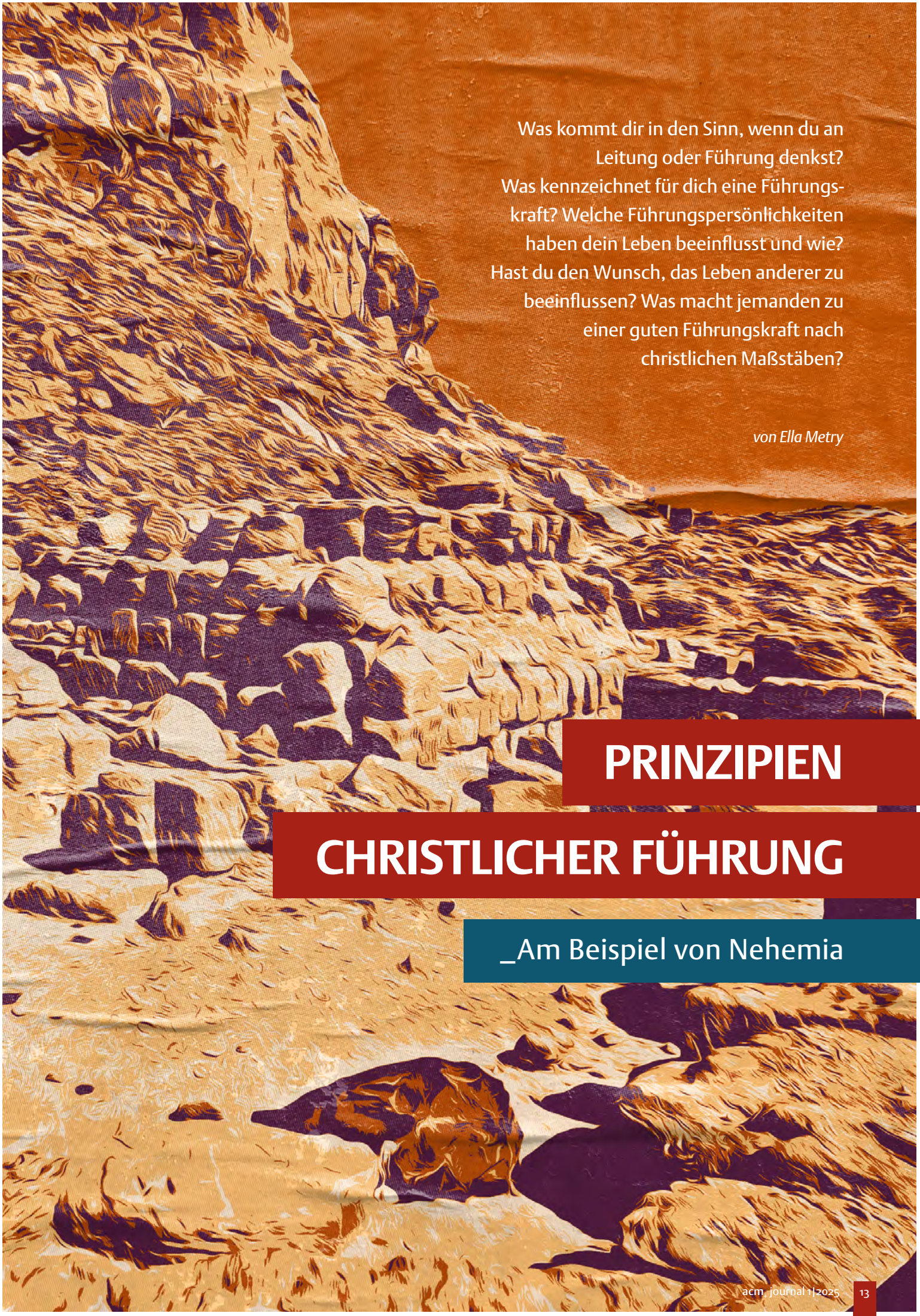
  → es ist absolut notwendig, wenn ich hoffnungslose oder lebensmüde Gedanken habe oder sich die Situation mit der Zeit trotz Bemühung nicht verbessert, sondern eher verschlechtert.

Wie gut, dass CF oder Sekundärtraumatisierung nicht das letzte Wort haben. Unser Weg geht vielleicht hindurch, aber dann auch weiter: Der Vers aus Matthäus 11, 28f kann dabei helfen. Frei übertragen aus dem Englischen der ‚Message-Übersetzung' des neuen Testamentes von Eugene H. Peterson lautet er:

„Seid ihr müde, ausgelaugt? Religiös ausgebrannt?
Kommt zu mir, und ihr werdet euer Leben wieder
gewinnen. Ich zeige euch, wie man sich wirklich
ausruhen kann. Lasst uns miteinander unterwegs sein
und arbeiten - beobachtet, wie ich es mache.
Lernt die ungezwungenen Rhythmen der Gnade.
Ich lege euch nichts Schweres oder schlecht
Sitzendes auf. Bleibt bei mir und ihr lernt,
frei und leicht zu leben."

In den ungezwungenen Rhythmen der Gnade liegt eine tiefe Weisheit – manipulationsfrei, unangestrengt, vertrauend und im Rhythmus der Zugewandtheit lebend, kann sich viel (Selbst)-Überforderung und Selbstkritik auflösen und Raum für tragfähige Beziehungen zu Gott, meinem sozialen Netzwerk und mir selbst neu entstehen. Damit wächst meine Resilienz und ich bin für die unvermeidbaren Krisen des Berufs- und privaten Lebens besser gerüstet.

freepik.com © svstrelkov



Was kommt dir in den Sinn, wenn du an Leitung oder Führung denkst? Was kennzeichnet für dich eine Führungskraft? Welche Führungspersönlichkeiten haben dein Leben beeinflusst und wie? Hast du den Wunsch, das Leben anderer zu beeinflussen? Was macht jemanden zu einer guten Führungskraft nach christlichen Maßstäben?

von Ella Metry

PRINZIPIEN CHRISTLICHER FÜHRUNG

_Am Beispiel von Nehemia

Während eines der Seminare auf der ICMDA Konferenz im Oktober 2024 in Berlin diskutierten wir über den Einfluss von Leitern in unserem eigenen Leben und lernten von biblischen Personen wie Moses, Joseph, Nehemia und Esther. Wir haben uns von diesen Vorbildern inspirieren lassen, vor allem aber von Jesus Christus, der gesagt hat:
„Ich habe euch ein Beispiel gegeben, damit ihr so handelt, wie ich es für euch getan habe. [...] Kein Diener ist größer als sein Herr [...].“ (Johannes 13,15f)

Anhand dieser Verse fragten wir uns, wie wir Christus nachfolgen und in unserem persönlichen und beruflichen Leben ein dienendes Leiten einüben und praktizieren können.
Zu dieser Thematik gibt es mehrere ICMDA-Trainingstracks, insbesondere für junge Leiter im Gesundheitswesen und solche, die es werden wollen. Das sind Online-Kurse, die für Studierende und Junior-Absolventen der Medizin und Zahnmedizin konzipiert sind. Einer der von Dr. Peter Saunders konzipierten Trainingstracks heißt “Sydenham Foundations” und tangiert eine Vielzahl von Themen rund um Leiterschaft. Einen Vorgeschmack auf diesen Kurs gab es auf der Konferenz in Berlin. Im vollständigen Kurs wird man in zehn Einheiten in die Prinzipien der christlichen Leiterschaft, der medizinischen Ethik, der Mission im Gesundheitswesen, der Interessenvertretung, der Gerechtigkeit sowie der Apologetik und Evangelisation eingeführt. Diesen Trainingstrack kann man als Basiskurs verstehen. Den eigenen Interessen entsprechend lassen sich in weiteren Seminaren beispielsweise Themen zu Bioethik oder „selbstbewusstem Christsein“ weiter vertiefen.

Basierend auf der ersten Einheit des Kurses „Sydenham Foundations“ wollen wir nun am Beispiel von Nehemia die Charakteristika christlicher Leiterschaft untersuchen.

Nehemia ist deshalb ein Vorbild, weil er nicht nur ein Mann des Gebets war, sondern auch Unglaubliches erreichte: Er baute die Mauer von Jerusalem in 52 Tagen wieder auf, nachdem sie 150 Jahre lang in Trümmern gelegen hatte. Des Weiteren stieß er eine große Sozialreform an, die benachteiligten Familien die Überwindung ihrer Verschuldung ermöglichte. Schließlich veranlasste er eine religiöse Erneuerung und leitete das Volk dazu an, sich wieder mehr der Heiligen Schrift zuzuwenden. Das Studium der Eigenschaften Nehemias hilft uns nachzuvollziehen, warum er sich der Umstände seiner Zeit so erfolgreich annehmen konnte.

Also schnapp dir deine Bibel und lies es selbst!

1. Ein Herz für sein Volk:

„Als ich dies hörte, setzte ich mich hin und weinte.“ (Nehemia 1, 4)

Nehemia war tief bewegt von der Notlage seines Volkes und dadurch zum Handeln motiviert. Alles begann mit Fasten und Gebet.

2. Bewusste Abhängigkeit von Gott:

„Ich trauerte und fastete und betete vor dem Gott des Himmels.“ (Nehemia 1, 4)

Nehemia kannte und ehrte Gott. Er bekannte seine Sünde und die seines Volkes. Er erinnerte sich an Gottes Verheißungen und trat vor den Thron der Gnade.

3. Mut:

„Ich erschrak sehr; dann sagte ich zum König ...“ (Nehemia 2, 2-3)

Nehemia wagte es, mutig zu sein. Er war zuvor noch nie in Gegenwart des Königs traurig gewesen, aber antwortete dem König ehrlich und erzählte ihm vom Grund seines Kummers. Als der König ihn fragte, was er brauche, bekam er schreckliche Angst und betete ein Stoßgebet zum Gott des Himmels, bevor er dem König antwortete. Dann war er bereit, die Bitte zu stellen.

4. Bereitschaft zu dienen:

„Schick mich in die Stadt.“ (Nehemia 2, 5)

Nehemia war bereit, die Antwort auf seine eigenen Gebete zu sein. Er nutzte seine Position und überschlug zudem die Kosten für seinen Plan.

5. Vision:

„... damit ich sie wieder aufbauen kann.“ (Nehemia 2, 5)

Nehemia dachte größer als andere – er dachte das Unmögliche. Er war bereit, sich selbst aufs Spiel zu setzen.

6. Initiative:

„Wenn es dem König gefällt ...“ (Nehemia 2, 7)

Nehemia erkannte, dass er andere brauchte, und suchte Hilfe bei den Autoritäten. Er bat diejenigen, die über Ressourcen verfügten, ihm zu helfen.

7. Planung:

„So ging ich bei Nacht das Bachtal hinauf und besichtigte die Mauer.“ (Nehemia 2, 15)

Nehemia erkannte, was zu tun war, untersuchte die Mauer selbst und entwickelte dann eine Strategie, die er den anderen mitteilen konnte.

8. Vision entwickeln, motivieren, delegieren:

„Kommt, lasst uns die Mauer wieder aufbauen.“ (Nehemia 2, 17)

Nehemia konnte andere inspirieren und begeistern. Er gab den Menschen spezifische Aufgaben, wobei er ihre Begabungen berücksichtigte und geschickt einsetzte.

9. Widerstand gegen Widerstand:

„Ich habe ihnen geantwortet: Der Gott des Himmels wird es uns gelingen lassen.“ (Nehemia 2, 20)

Sanballat, Tobiah und Geschem verspotteten Nehemia und taten ihr Bestes, um ihn einzuschüchtern und von seiner Arbeit abzubringen. Nehemia ließ sich nicht entmutigen, sondern fuhr mit dem Mauerbau fort.

10. Beharrlichkeit:

„Wir bauten an der Mauer weiter und bald hatte sich die Mauer auf halber Höhe geschlossen.“(Nehemia 3,38)

Die Israeliten ließen sich von Widerständen nicht einschüchtern, beteten um Gelingen und setzten den Bau fort, während man zum Angriff bereit war. So wurde die gesamte Mauer bis zur Hälfte ihrer Höhe miteinander verbunden, denn die Menschen hatten den Willen zu arbeiten.

11. Sich um sein Volk kümmern:

„Als ich ihr Geschrei hörte, war ich sehr zornig.“ (Nehemia 5, 6)

Als Nehemia feststellte, dass es große Ungerechtigkeit gab und ein Teil des Volkes aufgrund von Hungersnot und Schuldsklaverei in großer Not war, sprach er die Spaltung in der Gesellschaft an. Er stellte sich den Wohlhabenden entgegen und verteidigte die Benachteiligten.

12. Das Wort Gottes in den Mittelpunkt stellen:

„Man las aus dem Buch, der Weisung Gottes, in Abschnitten vor und gab dazu Erklärungen, sodass die Leute das Vorgelesene verstehen konnten.“ (Nehemia 8, 8)

Nehemia rief Esra herbei, um das Wort zu lehren, und Leviten, um es zu deuten und zu erklären. Dies leitete die Erweckung ein und „das ganze Volk antwortete Amen, Amen, indem es die Hände hob. Und sie neigten ihre Häupter und beteten den Herrn an mit dem Angesicht zur Erde.“ (Nehemia 8,6).

Ich hoffe, dass diese zwölf Charakteristika von Nehemia dich dazu inspirieren, sie auch in deinem Leben umzusetzen. Wie macht man das? Die Diskussion darüber mit anderen führt oft zu fruchtbaren Gesprächen, die für alle Beteiligten erbaulich und ermutigend sind, aber auch die eigene Haltung prägen.

Außerdem lade ich dich ein, über die bevorstehenden ICMDA-Veranstaltungen auf dem Laufenden zu bleiben, entweder über die ICMDA-Website (▶ *icmda.net*), über Instagram (ICMDA Western Europe) oder die WhatsApp-Gruppe, siehe untenstehenden QR-Code.

Lasst uns gemeinsam seinem Beispiel folgen!

Dr. Ella L. Metry

ist ICMDA Regionalreferentin für Westeuropa und Fachärztin für Pädiatrie in den Niederlanden.

LEADERSHIP-MEETING

_Was bleibt?

Im Rahmen der ICMDA-Konferenz in Berlin fand neben der Hauptkonferenz auch ein internationales Leitertreffen statt. 30 Teilnehmer aus verschiedenen europäischen Medizinerorganisationen unter dem Dach der ICMDA kamen zusammen, um sich vier Tage lang auszutauschen. Mit neun eigenen Sitzungen zusätzlich zu den Vorträgen der Hauptkonferenz war das Programm dicht gefüllt und bot einen hohen Informationsgehalt.

von Johanna Renz

Ein facettenreiches Programm

Die Sitzungen waren vielfältig gestaltet und umfassten Schulungen, Informationsblöcke und Berichte aus den teilnehmenden Ländern. Peter Saunders, Leiter der ICMDA, eröffnete das Treffen mit einer Einführung in die Ziele und Visionen der Organisation. Dabei ging er auch auf Strukturveränderungen ein, die die ICMDA noch besser aufstellen sollen, um ihre Mission voranzubringen.

Während des Wochenendes wurden Programme vorgestellt, die von nationalen Organisationen genutzt werden können, darunter Trainings wie „Saline Process“, „Confident Christianity“ und das neue „Bioethics Training“.

Saline Process:
Online-Kurs (8-10 Stunden), der christlichen Gesundheitsfachkräften dabei unterstützen soll, eine Medizin zu praktizieren, die die Bedürfnisse des gesamten Menschen sieht und darauf eingeht.

Confident Christianity:
Zehnwöchiger interaktiver Online-Kurs mit dem Ziel, die nichtchristliche Denkweise zu verstehen und deinen Glauben so selbstbewusst und deutlich zu teilen, wie es die Apostel taten – in verständlicher Sprache, an einem sicheren Ort und mit der Möglichkeit zur Diskussion.

Bioethics Training:
14-teilige Videoserie, produziert von Prof. John Wyatt. Die Grundsätze der Medizinethik werden vom christlichen Standpunkt aus beleuchtet. Der Online-Kurs vermittelt die Grundlagen, die das Denken jedes christlichen medizinischen Fachpersonals untermauern sollten.

	Gründung	Mitglied der ICMDA seit	Anzahl der Mitglieder	Hauptamtliche (teilweise in Teilzeit)
Mazedonien			0	2 (Entsendet aus den USA)
Bulgarien	1991	2002	25	0
Belgien	?	1998	30	
Litauen	2003	2004	30	0
Tschechien	1990		60	1
Österreich	1987		65	0
Portugal	1997		68	0
Frankreich	1956	2018	170	1
Rumänien	1990	1990	250	0
Ungarn	1989		310	0
Schweiz	1926		333	0
Niederlande	1963	1963	500	0
Deutschland	1972	1986	600	4
Schweden	1938		650	
Norwegen	1935	1963	1100	5 (aktuell 3 unbesetz)
UK	1949		4500	25

Diese Angebote unterstützen Mediziner dabei, ihren Glauben in den beruflichen Alltag einzubringen und ethische Fragestellungen fundiert zu behandeln.

Ein Schwerpunkt lag auf der medizinethischen Arbeit: Wie kann sie aufgebaut werden? Wie gewinnen und motivieren wir ehrenamtliche Mitarbeitende? Wie haben sich bioethische Fragestellungen in den letzten Jahren verändert? Diese Themen regten zum Nachdenken an und boten praktische Ansätze für die eigene Arbeit.

Am Ende der Sitzungen präsentierten die nationalen Organisationen ihre Arbeit. Die Vielfalt innerhalb der ICMDA zeigt sich in der Breite der Organisationen: von kleinen Gruppen bis hin zu etablierten Organisationen in Ländern wie Großbritannien und Deutschland, die mehrere Hundert oder Tausend Mitglieder zählen.

Was bleibt nach einem solchen Treffen?

Der Austausch in Berlin hat in vielerlei Hinsicht Eindruck hinterlassen. Die Frage, warum ich an dem Treffen teilnehmen sollte, bewegte mich bereits im Vorfeld. Zeit ist immer begrenzt und der Termin schien zunächst unpassend. Doch die Tage in Berlin haben sich mehr als gelohnt.
Seit 2010 bin ich in der ACM aktiv, seit 2015 im Leitungskreis und seit 2017 im Vorstand. Diese Arbeit ist für mich ein großer Segen. Die Beziehungen, die ich durch die ACM aufgebaut habe, sind aus meinem Leben nicht mehr wegzudenken. Die Arbeit in einem motivierten Team – haupt- und ehrenamtlich – bereichert mich. Besonders erfüllend ist es, Christen dabei zu unterstützen, ihren Glauben als Ärztinnen und Ärzte zu leben und sich mit Gleichgesinnten zu vernetzen. Unser Ziel bleibt es, die Botschaft Jesu in die Kliniken und Praxen Deutschlands zu tragen. Doch in letzter Zeit hatte ich mich häufig von alltäglichen Herausforderungen und Frustrationen vereinnahmen lassen.
In Berlin zu hören, wie andere Organisationen die Vision der ICMDA umsetzen, war ermutigend. Die Vision, Human- und Zahnmediziner als Zeugen für Jesus in jede Gemeinschaft und Nation zu bringen, hat mich neu motiviert, auch in Deutschland dranzubleiben.

Unsere Vision – unser Traum

Wir träumen davon, Medizinerinnen und Mediziner zu sein,

- … die sich generationenübergreifend in regionalen, nationalen und weltweiten Netzwerken unterstützen, stärken und ermutigen.
- … die aus ihrem Glauben heraus das Gesundheitswesen inspirieren und verantwortungsvoll mitgestalten.
- … die in der Gesundheitsversorgung Gottes Liebe erfahrbar machen.

Die ACM hat keinen Selbstzweck. Jeder Beitrag – sei es ein WhatsApp-Post, eine Zoom-Sitzung, ein Journal oder eine Tagung – dient dazu, diese Vision Wirklichkeit werden zu lassen. Das Treffen in Berlin hat mir geholfen, diesen Fokus wieder klarer zu sehen.

Wie du die Vision der ACM mitgestalten kannst

Ein weiterer wichtiger Aspekt des Treffens war für mich die Erkenntnis, nicht allein zu sein. In anderen Ländern gibt es Menschen, die die gleichen Herausforderungen teilen. Dieser Austausch tat gut und hat mir Kraft gegeben.
Diese Erfahrung lässt sich auch auf deinen Alltag übertragen. Es gibt in Deutschland, vielleicht sogar in deiner Region, Kolleginnen und Kollegen, die deine Erfahrungen teilen. Der regionale Austausch ist ein wesentlicher Baustein, um als Christ und Mediziner zu wachsen. Wenn deine Regionalgruppe in den letzten Jahren eingeschlafen ist, wenn es noch kein Angebot in deiner Nähe gibt oder wenn du unsicher bist, wie eine Gruppe in deinen Alltag passen könnte – ich möchte dich ermutigen, neu über die Vernetzung mit anderen christlichen Medizinern nachzudenken. Vielleicht kannst du dabei auch die jüngere Generation unterstützen. Es lohnt sich, in Beziehungen zu investieren und neue Schritte zu wagen.

Großes erwarten („Dream big“) – ein Blick in die Zukunft

Ein dritter Aspekt, den ich aus Berlin mitgenommen habe, ist die Freiheit, größer zu denken. Die Geschichten der anderen Organisationen haben gezeigt, welches Potenzial die ACM hat.

- Was wäre, wenn alle christlichen Mediziner in Deutschland die ACM kennen würden?
- Was wäre, wenn wir in jeder Unistadt Anlaufstellen für Medizinstudierende hätten, die sie dabei unterstützen, ihren Glauben fundiert zu leben?
- Was wäre, wenn unsere Stellungnahmen in der Politik als relevante Stimme wahrgenommen würden?
- Was wäre, wenn Gemeinden in ganz Deutschland unseren Kurs zur christlichen Vorsorgeplanung nutzen würden?

→ → →

Die Liste solcher Gedanken ließe sich fortsetzen. Auf dem Leaders Meeting haben wir konkrete Ideen entwickelt, wie wir diesen Visionen Schritt für Schritt näherkommen können. Dafür braucht es Menschen, die die Vision der ACM teilen und aktiv voranbringen möchten.

Schlussgedanken

Die Tage in Berlin haben mich inspiriert und bestärkt, weiter an der Vision der ACM zu arbeiten.
Egal, in welcher Lebensphase du aktuell bist, ob Studium, Berufseinstieg oder Ruhestand, wenn du Ideen hast, wie die ACM in zehn Jahren aussehen könnte und/oder wenn du dich engagieren möchtest, freue ich mich über deine Nachricht an:

▶ *acm-vorstand@smd.org*

Dr. med. Johanna Renz
ist Vorstandsmitglied der ACM und (fast) Allgemeinärztin in Gomaringen.

FAST WIE EIN VORGESCHMACK AUF DEN HIMMEL

_Teilnehmerstimmen von der ICDMA

Eine tolle Zeit mit viel Inspiration, Austausch und Begegnung liegt hinter uns. Als ich erfahren habe, dass es ein internationales Treffen der ACM bzw. ICMDA gibt, war ich sehr begeistert, da ich selbst viele internationale Freundschaften pflege.
Einerseits fand ich es wunderbar, Menschen wiederzutreffen, die ich bereits über die ACM/SMD kennengelernt hatte. Vor allem jedoch hat es mir Freude gemacht, mit Medizinern aus anderen Nationen zusammenzukommen und zu erfahren, wie sie in ihrem Land studieren und arbeiten.

Doch egal aus welcher Nation wir kommen – es ist ein Geschenk, dass wir Geschwister sind und uns ermutigen können – und das speziell für die medizinische Berufung!

Insgesamt haben mich die Vorträge, Predigten und Seminarangebote sehr angesprochen. Ich habe mir vorgenommen, im Berufseinstieg mit Jesus verbunden zu bleiben, damit wir ihn ausstrahlen. Das wird sicher umso einfacher, je routinierter wir werden. Solch eine Ausstrahlung können andere bemerken. Und Medizin sollte patientenzentriert sein – nicht immer können wir mit Patienten über Glauben sprechen, jedoch ist die ärztliche Arbeit zur Ehre Gottes ein wertvoller Dienst. Wir können immer für unsere Arbeit, Patienten und Kollegen beten.
Besonders wertvoll fand ich auch die Lobpreiszeit, den internationalen Abend und die Gebetsmöglichkeiten. Herzlichen Dank an alle!

Charlott Hörenz
ist Studentin in Leipzig

Unter dem Motto Refocus. Encourage. Connect. stand die ICMDA Europe-Conference for students and doctors, ausgerichtet von der ACM, vom 3. bis 6. Oktober 2024 in Berlin.

Durch den klinischen Alltag im PJ beschäftigten mich immer mehr medizinethische Fragestellungen, weshalb ich mich zur Teilnahme entschloss.

Zum Kongress sammelten sich christliche Studierende aus ganz Europa und aus Südkorea, um für vier Tage in Vorträgen und Seminaren gemeinsam Fragen, die den christlichen Glauben, aber auch die Medizin betreffen, nachzugehen. Aber auch um gemeinsam Gott zu loben, zu beten und sich über Gott und die Welt auszutauschen.

Das Kongresszentrum war in „martas“, einem Hostel der Berliner Stadtmission, die den Leitvers hat: „Suchet der Stadt Bestes (...) und betet für sie zum Herrn“ Jeremia 29,7.

Am besten gefiel mir der Vortrag von Prof. John Wyatt zum Thema “Reflections on 50 years as a Christian in healthcare – Living life forward and understanding it backwards”. Der Autor des Buchs „Matters of life and death“ berichtete in seinem Vortrag von seinen persönlichen Erfahrungen als Neonatologe, seiner eigenen Krankheitsgeschichte und Sichtweise durch den christlichen Glauben auf die Arbeit als Arzt mit den Kleinsten der Kleinen und medizinethische Fragestellungen. Er ging darin auch der Frage nach, wie man bei der Arbeit Jesus im Fokus behalten kann, indem man sich daran erinnert, wie Jesus mit Kranken, Benachteiligten, Armen etc. umging.

Außerdem ermutigte das Seminar „Trusting God in the unexpected turns of life as a Christian doctor“ von Dr. Eralda Hegendörfer dazu, gerade als jüngerer Mensch dem Beispiel des biblischen Joseph zu folgen und in allen Lebenslagen auf Gott zu vertrauen.

Am letzten Abend gab es die „International Night“ mit sehr kreativen (Lobpreis-) Beiträgen, die zeigten, wie die verschiedenen Nationen trotz verschiedener Sprachen eines eint: Gott und Jesus zu lieben und Gott die Ehre zu geben. Das war fast wie ein Vorgeschmack auf den Himmel. „Ich aber kenne ihre Werke und Pläne. Es kommt die Zeit, alle Nationen und Sprachen zusammenzubringen, und sie werden kommen und meine Herrlichkeit sehen“ Jesaja 66,18.

Für mich war der Kongress eine bereichernde Erfahrung. Gerade der internationale Austausch und die Zusammenarbeit waren dabei wertvoll und ermutigend, weshalb ich solch eine Konferenz jeder Medizinerin und jedem Mediziner ans Herz legen möchte.

Katarina Acker
ist PJ-Studentin in Ulm

Ich bin wirklich dankbar für all die neuen Freundschaften und Verbindungen, die ich während der Konferenz mit anderen christlichen Medizinstudenten und Assistenzärzten aus ganz Europa geknüpft habe. In den Tagen gab es wertvolle Diskussionen darüber, wie wir durch unseren medizinischen Beruf Jesus dienen können. Dr. Pablo Martínez lehrte mich in seinem Seminar, wie man ganzheitliche Fürsorge praktiziert, indem man vor jeder Patienteninteraktion immer die „drei P“ im Auge behält - den Patienten, den Menschen (person) und dass jeder Mensch wertvoll (precious) ist. Etwas, das ich für meine klinischen Praxis unbedingt mitnehmen will. Die Referentin Jelena Sivulka gab hilfreiche Ratschläge, wie man emotionales Burnout erkennen und vermeiden kann. Und während des Seminars von Dr. Jason Roach habe ich darüber nachgedacht, wie ich Fremden Gastfreundschaft zeigen kann.

Die Konferenz hat es in der Tat geschafft, uns neu zu fokussieren, zu ermutigen und zu verbinden, und ich wurde einmal mehr daran erinnert, dass ich dazu berufen bin, mich so um die Menschen zu kümmern, wie Jesus es getan hat.

Sofia Hjälm
ist Studentin in Dänemark

Seit meiner ersten ICMDA-Konferenz in Madrid als Medizinstudent im vierten Semester im Jahr 2014, habe ich an mehreren ICMDA-Konferenzen auf der ganzen Welt teilgenommen. Jedes Mal habe ich festgestellt, dass die Gemeinschaft mein Verständnis und meine Liebe für den Gott der Nationen erweitert hat. Berlin 2024 war da keine Ausnahme und eine der denkwürdigsten ICMDA-Veranstaltungen, an denen ich je teilgenommen habe.
Die Qualität und das Spektrum der Referenten, sowohl in den Plenarsitzungen als auch in den Seminaren, waren ausgezeichnet. Männliche und weibliche Redner aus verschiedenen Ländern und Ethnien repräsentierten sowohl die Vielfalt ihrer Hintergründe als auch die Einheit in ihren christuszentrierten Botschaften.
Einheit und Vielfalt wurden auch in der internationalen Nacht wunderbar zur Schau gestellt, bei der jedes Land zu einer kulturellen Darbietung eingeladen wurde. Lobpreis desselben Gottes in verschiedenen Sprachen zu hören, war wie eine Nacherzählung von Pfingsten und ein Vorgeschmack auf das Hochzeitsmahl des Lammes!
Ich fand es so ermutigend, mich mit christlichen Medizinern und Zahnärzten aus ganz Europa auszutauschen, alte Freundschaften zu vertiefen und neue zu schließen. Ich freue mich darauf, einige dieser Brüder und Schwestern hoffentlich beim ICMDA-Weltkongress im nächsten Sommer in Korea wiederzusehen.

Daniel Porter
ist Assistenzarzt in Großbritannien

Ich bin ohne besondere Erwartungen zur Konferenz gekommen. Um ehrlich zu sein, war ich etwas enttäuscht, dass mich eine Freundin dazu überredet hat, an dieser Veranstaltung teilzunehmen. Ich hatte nämlich das Gefühl, dass ich bessere Möglichkeiten gehabt hätte, diese vier Tage zu verbringen. Nach der Konferenz glaube ich jedoch, dass kein anderes Programm für das Wochenende besser gewesen wäre als dieses! Ich habe den ganzen Aufenthalt genossen und es ist ziemlich schwierig, nur einige spezifische Dinge herauszugreifen. Ich hatte die Gelegenheit, mit Menschen aus verschiedenen Ländern Europas zu sprechen. Es war schön zu sehen, dass es Themen und Herausforderungen gibt, aber auch freudige Momente, die wir teilen, egal wie weit wir voneinander entfernt studieren oder arbeiten. Inspiriert wurde ich von den Vorträgen während der Hauptprogramme, von Seminaren und auch von einigen der Online-Kurse, die vorgestellt wurden. Ich muss auch hervorheben, wie gut die gesamte Konferenz vorbereitet war und wie eine freundliche Atmosphäre das ganze Wochenende durchzogen hat. Zu guter Letzt hatten wir in der Freizeit die Möglichkeit, einen Spaziergang durchs Berliner Zentrum zu machen und die Stadt zu genießen. Insgesamt hat es sich wirklich gelohnt, zur Konferenz zu kommen und ich kann es jedem nur empfehlen, das nächste Mal dabei zu sein!

Ondrej Sovjak
ist Assistenzarzt in Tschechien

TERMINE

9.–11. MAI 2025

Ich kümmere mich um dich – heilen, trösten, begleiten in Gesundheitswesen und Gemeinde

Christlicher Gesundheitskongress

Volkenroda ▶ *www.christlicher-gesundheitskongress.de*

16.–18. MAI 2025

Fachtagung Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde

Marburg ▶ *akademiker.smd.org*

23.–25. MAI 2025

Aufblühen – Mit Jesus in den Beruf hineinwachsen

23. ACM-Berufseinsteigertagung

Marburg ▶ *acm-deutschland.de*

10.–12. OKTOBER 2025

Polarlicht – Jesus Christus verkündigen in Zeiten gesellschaftlicher Polarisierung

SMD-Herbstkonferenz

Marburg ▶ *heko.smd.org*

7.–9. NOVEMBER 2025

Mit dem Kopf durch die Wand oder über Mauern springen? – Vom Umgang mit Herausforderungen

Missionsmedizinische Tagung der ACM

Bad Blankenburg ▶ *acm.smd.org*

5.–7. DEZEMBER 2025

Sturm-Frei – Umgang mit Lebensstürmen *(Arbeitstitel)*

Studierenden-Tagung der ACM

Bad Homburg ▶ *acm.smd.org*

IMPRESSUM

Das **acm**+ journal wird herausgegeben von der Arbeitsgemeinschaft christlicher Mediziner, einer Fachgruppe der Akademiker-SMD.

Redaktion:
Dr. Debora Langenberg,
Michael Fritz,
Dr. Andreas Rost,
Dr. Nadine Sprodowski

Gestaltung:
Claudia Holmer | *www.holmer-design.de*

Auflage:
1.000

Bildnachweis:
Alle weiteren, wenn nicht anders angegeben, privat/ACM-Archiv.

acm arbeitsgemeinschaft christlicher mediziner

Eine Fachgruppe der akademiker.smd

ACM
Vorstandsvorsitzender:
Prof. Dr. Adrian Pilatz *(V. i. S. d. P.)*

ACM-Sekretariat
Schützenstr. 39 | 35039 Marburg
Fon 0 64 21. 91 05 16
Mail info@acm-deutschland.de

www.acm-deutschland.de

Spendenkonto:
SMD e. V. | Ev. Bank Kassel
IBAN: DE75 5206 0410 0000 8004 57
BIC: GENODEF1EK1
Verwendungszweck: ACM

Banking-App öffnen und spenden!