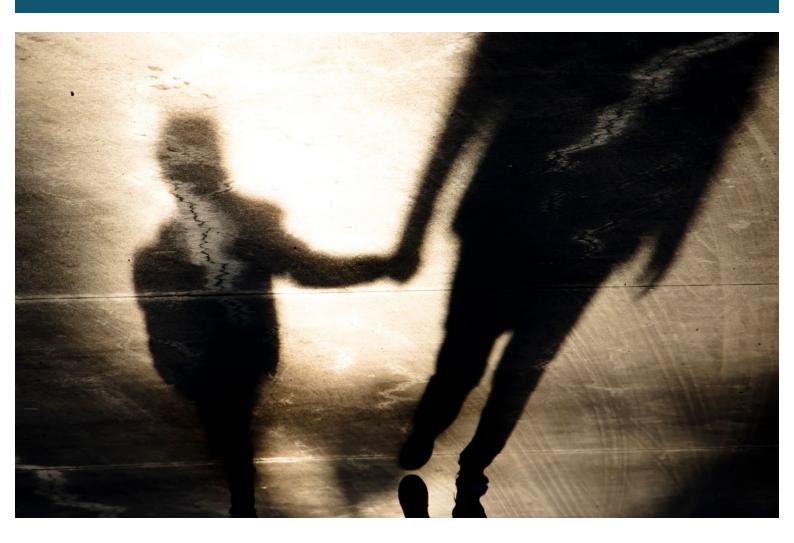
# acm<sub>+</sub> journal

Zeitschrift für christliche Mediziner





**VORBILDER** 

\_Vom Vorangehen und Nachfolgen

# **EDITORIAL**



# Liebe Kolleginnen und Kollegen, Freunde und Mitglieder der ACM,



Vorbilder haben einen großen Einfluss auf unser Erleben und Verhalten. Sie sind eine wichtige Orientierung für uns Menschen. Laut Duden ist ein Vorbild eine Person oder Sache, die als idealisiertes Muster, als Beispiel angesehen wird, nach dem man sich richtet. Wir erlernen und trainieren unser persönliches Verhalten durch die gewonnene Inspiration. Dies kann bewusst oder unbewusst geschehen. Kinder finden ihre Vorbilder im unmittelbaren sozialen Umfeld (Eltern, Großeltern, Geschwister), deren Verhalten unbewusst nachgeahmt wird, was von großer Bedeutung für den individuellen Entwicklungsprozess

ist. "Man braucht seine Kinder gar nicht zu erziehen, sie machen einem sowieso alles nach" ist nicht nur witzig gemeint, sondern erweist sich als sehr richtig. Erstaunlich viele Kinder von Ärzte-Eltern studieren ebenfalls Medizin – die Eltern waren anscheinend ein positives Vorbild.

Später kommen andere Vorbilder hinzu. Neulich habe ich den Podcast "Im Prinzip Vorbilder" entdeckt. Dort sprechen zwei junge Männer über prägende Menschen, die ihnen etwas bedeuten oder die viel bewegt haben. Sie sprechen u. a. über Albert Einstein, Elon Musk, Jeff Bezos, Eckart von Hirschhausen, Wolodymyr Selensky. Über große Musiker, Physiker, Forscher, Erfinder, Autoren, Lehrer und den eigenen Großvater. Auch über Jesus sprechen sie, obwohl sie mit dem Glauben nicht viel zu tun haben. Der Titel der Folge heißt: Jesus – der Vorbild Prototyp. Ich war überrascht, wie positiv Jesus dargestellt wurde.

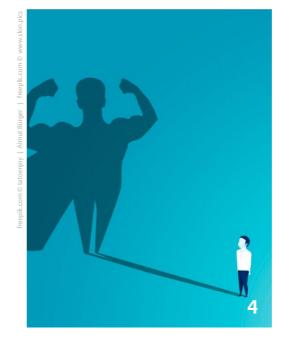
"Jesus war ein Macher. Der für andere Menschen da ist, nicht nur redet, sondern auch was tut, was verändert. Leute für das Gute mobilisiert, nicht ausbeutet, Leuten zeigt, wie man besser leben kann", heißt es dort. Petrus schreibt: "Auch Christus hat ja für euch gelitten und hat euch damit ein Beispiel hinterlassen. Tretet in seine Fußstapfen und folgt ihm auf dem Weg, den er euch vorangegangen ist" (1.Petrus 2,21 NGÜ). Nachfolge bedeutet also auch, sich Jesus als Vorbild zu nehmen. Auch der griechische Philosoph Epiktet empfiehlt: "Setze dir ein Muster und Vorbild, und lebe nach ihm" und regt damit dazu an, sich ganz bewusst eine Person zu suchen, deren Verhalten uns nachahmenswert erscheint. Das muss nicht Jesus selbst sein, das kann auch jemand sein, der Jesus nachfolgt. In diesem Heft berichten zwei junge Frauen davon, wie sie durch das Mentoring-Programm der SMD von ihrer Mentorin positiv geprägt wurden. Albert Schweitzer sagt: "Das gute Beispiel ist nicht eine Möglichkeit, andere Menschen zu beeinflussen, es ist die einzige."

Vielleicht kann dieses Heft dazu anregen, dass wir uns (nochmals) Gedanken darüber machen, wer uns geprägt hat, wem wir nacheifern wollen und wo wir selbst für andere ein gutes Beispiel und eine Inspiration sein können. Denn "die Welt verändert sich durch Dein Vorbild, nicht durch Deine Meinung." (Paulo Coelho)

Viel Freude bei der Lektüre wünscht

Debora Langenby

Dr. med. Debora Langenberg







	\LT		
	INHALT	SO BIN ICH AUCH _Warum uns Vorbilder mit Energie füllen von Jörg Berger	4
		MIT DAVID RIESEN ÜBERWINDEN _Das Highlight des Abends von Marcel Kullmann	7
		WEGBEGLEITUNG _Mentoring in der SMD	10
+	+	von Erdmuthe Gubelt	
+	+	MENTORING _Warum es mich begeistert	12
		von Silja Weber und Katharina Ceranski	
+	+	JÜNGERSCHAFT, DIE JÜNGER SCHAFFT _Lernen vom Meister	14
		von Debora Langenberg	
+	+	VOLLER FREUDE UND VERTRAUEN _Missionsärztin aus Überzeugung	18
		von Hedwig Albers	
+	+	MIT BAUCHGEFÜHL UND WEGBEGLEITERN INS MEDIZINSTUDIUM _Ein Reisebericht	20
_	_	von Maike Rahel Sanders	

Die ersten Menschenworte in der Bibel sind Worte begeisterter Identifikation: "Die ist nun Bein von meinem Bein und Fleisch von meinem Fleisch!" (1. Mose 2,23). Adam erkennt sich in seiner Gefährtin wieder. Die Fähigkeit, sich über Unseresgleichen zu begeistern, ist eine starke psychologische Kraft. Sie speist, was die Psychologie "Anschlussmotiv" nennt: Unser Bedürfnis, Beziehung einzugehen und Gruppen anzugehören. Sie energetisiert auch unser Modelllernen. Denn unsere Modelle können, was wir gerne lernen würden. Sie verkörpern, was wir gerne wären.

Doch bevor wir als Kind verstehen, was ein Vorbild ist, hat sich uns schon ein Bild eingeprägt: Wie wir – angeblich – sind, wie wir sein sollen und was keinesfalls aus uns werden darf. Niemand hat uns gefragt, ob wir so geprägt werden wollen. Das war schlicht nicht möglich, denn als das geschah, waren wir noch zu klein. Wer die energetisierende Wirkung von Vorbildern nutzen möchte, muss sich manchmal vom Einfluss früher Prägungen befreien.

### **Unpassende Vorbilder**

Ich würde ihn gar nicht mehr mein Vorbild nennen: Meinen ehemaligen Oberarzt auf einer Psychotherapiestation, der mich sehr bereichert hat. Zwar halte ich ihn auch heute noch für einen der besten Therapeuten, die ich kennenlernen durfte. Ich würde sogar sagen, dass er der Mensch in meinem Horizont ist, der es zu der größten Christusähnlichkeit gebracht hat – eine Zuschreibung, die dieser natürlich entsetzt zurückweisen würde. Trotzdem taugt dieser besondere Mensch nicht als Vorbild für mich. Denn er verkörpert vor allem, was ich sein sollte, nicht das, was Kind aufgewachsen, als Kind, das emotional überlebt hat, weil es auf die Empfindsamkeiten seiner Eltern Rücksicht genommen hat und auf ihre Bedürfnisse eingegangen ist - statt umgekehrt. Ein guter Mensch ist daher für mich einer, der sich zurücknehmen kann, sich intensiv zuwendet und auch mit den unmöglichsten Zeitgenossen einen Weg findet. In diesen Disziplinen hat es mein Oberarzt zur Meisterschaft gebracht, allerdings aus einer anderen Prägung heraus und aus besseren Gründen. "Beziehungsjundessen Lust, sich intensiv in therapeutische Beziehungen einzubringen. Gleichzeitig grenzte er sich mit der humorvollen Übertreibung ab, was mich überraschte - und erleichterte. Denn es wäre verhängnisvoll gewesen, meinem Oberarzt nachzueifern.

So verlockend die Aussicht ist, der zu werden, der ich immer schon sein sollte, so stark hält meine Seele mit einem Unbehagen dagegen. Denn ich müsste dafür meinem Wesen Gewalt antun und mich weiterhin in Situationen bringen, die mir nicht guttun. Inzwischen habe ich ein anderes Bild eines guten Therapeuten gewählt, das besser zu meiner Prägung passt.

Doch wofür stehen dann besondere Menschen, die nicht mein Vorbild sein können? Für die Ergänzung, die ich brauche. Ihre Gemeinschaft tut mir gut. Ihr Beitrag verbindet sich mit meinem zu einer wertvollen Teamleistung. Ein wenig von ihren Möglichkeiten darf außerdem auf mich abfärben. Dann läuft es runder, auch wenn ich Dinge schließlich auf meine Weise angehe.

### **Energetisierende Vorbilder**

Geeignete Vorbilder elektrisieren uns, weil wir spüren: Sie haben bereits entfaltet, was in uns steckt. Andernfalls würden wir nur von Lernen sprechen. Eine Kollegin mag eine Akte vorbildlich führen oder den Qualitätsstandard nachahmenswert erfüllen, unser Vorbild wird sie dadurch nicht.

Ein Vorbild brauchen wir, wenn es weniger um das Tungeht als um das Sein.

Bei Leistungssportlern ist uns das intuitiv klar: Nicht allein ihr Training, sondern ihr ganzes Leben ermöglicht die herausragende Leistung: Die Ernährung, die Freizeitgestaltung und alles, was die mentale Ausrichtung beeinflusst. Doch letztlich gilt das für jede komplexe Leistung, die wir bringen.

Menschen beherrschen eine Fremdsprache wirklich, wenn sie diese nicht büffeln, sondern leben. Eine tiefe Gottesbeziehung findet, wer alle Lebensvollzüge vom Glauben her gestaltet und nicht nur geistliche Aktivitäten in seiner Freizeit verankert. Und vermutlich hat dich ein positives Bild vom Arzt-Sein in den Beruf gezogen und weniger ein Panorama interessanter ärztlicher Handlungen. Die Frage an mein Vorbild lautet: Wie muss ich leben, um so zu werden?

# "SO BIN ICH AUCH!"

Warum uns Vorbilder mit Energie füllen

von Jörg Berger



acm\_journal2|2022

Der Motivationstrainer und Bestseller-Autor Tobias Beck rät in diesem Zusammenhang, sich einen Celebrity Twin zu suchen, eine prominente Persönlichkeit, die genau dort ist, wo ich auch sein könnte. So lernt man die Weichenstellungen und Prioritäten kennen, die dorthin führen, wohin ein Mensch gelangt ist. Beck empfiehlt, alles zu tun, was in die Nähe des Celebrity Twins führt, etwa dessen Veranstaltungen besuchen oder sich coachen zu lassen. In der prominenten Öffentlichkeit finden sich leichter außergewöhnliche Menschen, die das schon verwirklicht haben, was auch in mir angelegt ist. Doch natürlich finden sich auch im persönlichen Umfeld Vorbilder. Dann lohnt sich fast jeder Einsatz, mit ihnen zusammenzuarbeiten oder ihnen näherzukommen

### Vorbildlich im Weglassen

Im Kontakt mit Vorbildern beeindruckt mich auch, was sie alles nicht tun. Denn um eine Möglichkeit zu verwirklichen, muss man andere hinter sich lassen, sonst wird alles mittelmäßig. Die herrliche Freiheit, um eines Ziels willen anderes nicht zu tun, ist vielleicht die Wirkung von Vorbildern, die uns am stärksten freisetzt. Dein Celebrity Twin kann nicht Everybody's Darling sein, sonst wäre sie oder er nie dahin gelangt. Das Vorbild in deinem Umfeld hat vielleicht nur gewagt, wozu dir noch der letzte Entschluss fehlt. Viele prominente Vertreter deines Fachgebiets sind nicht besser, als du bist oder werden könntest. Doch es wäre falsch, das zu beklagen, so als hätten diese ihr Ansehen nicht verdient. Denn sie haben ihre - vielleicht begrenzten - Fähigkeiten entschlossen in den Dienst dessen gestellt, was sie beruflich leben und erreichen wollten. Das ist unsere Anerkennung wert und genau das ist vielleicht vorbildlich.

Folgende Anregungen könnten dir in einer stillen Stunde helfen, Vorbilder neu zu entdecken und dich von ihnen energetisieren zu lassen. Wie haben sich deine Vorbilder im Verlauf deines Lebens verändert? Hatten deine Lebensumstände Einfluss auf deine Vorbilder? Wie solltest du als Kind sein? Was können? Gibt es Ideale, die du getrost hinter dir lassen kannst?

Selbst Neid kann ein Signal sein, das auf Vorbilder aufmerksam macht. Offenbar lebt da jemand etwas, das man auch gerne leben würde. Oft kann man den Neid hinter sich lassen, wenn man auf seine ganz eigene Weise anstrebt, was im Leben des beneideten Menschen attraktiv erscheint.

Welche Person hat es genau dahin geschafft, wo du auch gerne wärst? Welcher Lebensstil hat sie dorthin geführt? Welche Prioritäten? Wen hat sie auf diesem Weg vielleicht enttäuscht? Welche anderen Möglichkeiten hinter sich gelassen? Was könnte dich in die Nähe dieser Person führen? Bist du in deinem Glauben vielleicht in die Falle geraten, alles abzuarbeiten, was eine gute Christin, einen guten Christen ausmacht?

Dann halte biblische Berufungsgeschichten dagegen. Entdecke die anstößige Zuspitzung eines Lebens, das dem Ruf Gottes folgt.

JÖRG BERGER

Francke, €12,95

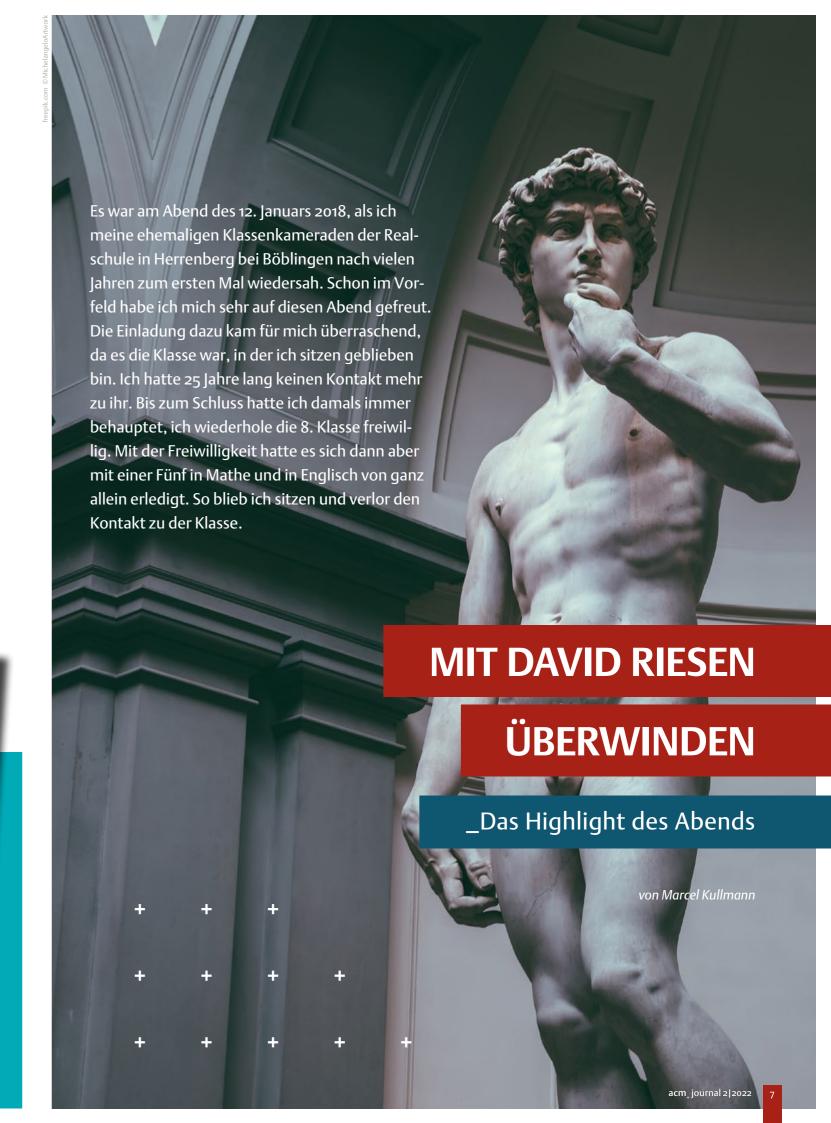
<u>.Das Enneagramm.</u> Einfach sein, wie du bist,





Jörg Berger

arbeitet als psychologischer Psychotherapeut und Paartherapeut (auch online: www.epaartherapie.de) in eigener Praxis in Heidelberg. Sein erfolgreichstes Buch ist: "Stachlige Persönlichkeiten. Wie Sie schwierige Menschen entwaffnen"



Deshalb habe ich mich so gefreut, viele von ihnen wiederzusehen und fand es sehr interessant zu hören, was aus ihnen so geworden ist: Einige waren im Ausland gewesen, viele haben Familien gegründet, haben unterschiedliche Ausbildungsberufe erlernt, manche sogar einen zweiten, andere haben studiert. Als ich an dem Abend mit einer ehemaligen Mitschülerin sprach, hat sie einen Satz gesagt, den ich nicht mehr vergessen habe: "Marcel, du bist das Highlight des Abends!" Wie konnte es sein, dass der Schulversager von damals zum Highlight des Abends wurde? Eine Unmöglichkeit, die wir aber in der Bibel immer wieder finden. Im Leben des späteren Königs David zum Beispiel.

David im Alten Testament war ein Schafhirte aus dem Stamm Juda aus der Stadt Bethlehem. Er war der jüngste und geringste unter seinen Brüdern. Er war der, den der Prophet Samuel nicht ausgewählt hätte, ihn zum König zu salben. Aber Gott hatte ihn erwählt, weil Gott andere Auswahlkriterien hat.

Und es geschah, als sie hereinkamen, da sah er [Samuel] Eliab [Davids ältester Bruder] an und dachte: Gewiss ist [hier] vor dem HERRN sein Gesalbter! Aber der HERR sprach zu Samuel: Schaue nicht auf sein Aussehen, noch auf seinen hohen Wuchs, denn ich habe ihn verworfen! Denn der HERR sieht nicht auf das, worauf der Mensch sieht; denn der Mensch sieht auf das, was vor Augen ist, der HERR aber sieht das Herz an!

(1.Samuel 16,6-7)

Rein menschlich gesehen qualifizierte sich David nicht für das Große, das er später erreichen sollte. Rein menschlich gesehen qualifizierte ich mich nicht für das, was ich später erreichen sollte. In der Zeit meiner schlechten Schulnoten hatten meine Eltern einfach gehofft, dass ich irgendwann, irgendwie einen halbwegs mittelmäßigen Schulabschluss schaffe, um eine Ausbildung machen zu können. Hätte ich zu dieser Zeit gesagt: "Ich werde Neurochirurg", hätte ich mit Sicherheit für ungläubige Blicke gesorgt – mindestens. Dass es manchmal nicht bei diesen ungläubigen Blicken bleibt, zeigt eine andere Begebenheit in Davids Leben.

In 1.Samuel 17,33 heißt es:

Saul aber sprach zu David: "Du kannst nicht hingehen, um gegen diesen Philister zu kämpfen, denn du bist noch ein Knabe; dieser aber ist ein Kriegsmann von Jugend auf!"

David wird nicht nur mit ungläubigem Blick angesehen, er wird richtig aufgehalten. Warum? Goliath gehörte zum Volk der Philister, David zu den Israeliten. Und beide Völker standen sich jetzt als Feinde im Krieg gegenüber.

Da trat aus dem Lager der Philister ein Vorkämpfer hervor mit Namen Goliath, aus Gat; der war sechs Ellen und eine Spanne groß. Er hatte einen ehernen Helm auf seinem Kopf und trug einen Schuppenpanzer, und das Gewicht seines Panzers betrug 5.000 Schekel [70 kg] Erz. Und er hatte eherne Schienen an seinen Beinen und einen ehernen Wurfspieß auf dem Rücken, und der Schaft seines Speeres war wie ein Weberbaum, und die Spitze seines Speeres wog 600 Schekel [über 8 kg] Eisen; und der Schildträger ging vor ihm her.

(1.Samuel 17,4-7)

Die Größe Goliaths betrug sechs Ellen und eine Handbreit, also ungefähr drei Meter. Aber damals war der durchschnittliche Mann nur ca. 164 cm groß, das heißt Goliath muss ein Riese für sie gewesen sein, unbesiegbar, schon allein wegen seiner Größe.

Dazu kam seine Rüstung. Und diesem Kämpfer steht nun David gegenüber. Dem David, der nicht einmal stark genug ist, um überhaupt eine Waffenrüstung zu tragen:

Und Saul legte David seine Rüstung an und setzte einen ehernen Helm auf seinen Kopf und legte ihm einen Schuppenpanzer um. Danach gürtete David sein Schwert über seine Kleider und bemühte sich zu gehen; denn er hatte es noch nicht versucht. Da sprach David zu Saul: Ich kann darin nicht gehen; denn ich bin es nicht gewohnt! Und David legte es von sich ab.

(1.Samuel 17, 38-39)

Mein Lebensweg lässt sich nicht mit dem von David vergleichen. Ich bleibe weit hinter diesem zurück. Meine Errungenschaft ist nicht einmal annähernd so signifikant, und doch erkenne ich ähnliche Prinzipien in meinem Leben, wie sie auch in Davids Leben erkennbar sind. Prinzipien, nach denen Gott immer wieder handelt.

Gott nutzt die "Riesen" in unserem Leben, für die wir zu schwach sind, sie zu besiegen, um Unmögliches möglich zu machen. Was dabei von uns gefordert ist, ist zuallererst unser Vertrauen auf Gott zu setzen und dann den Mut aufzubringen, den ersten Schritt zu gehen. Der Sieg Davids über Goliath war spektakulär, der Weg dorthin aber nicht überfordernd und schwierig, sondern auf seine Person zugeschnitten.

- 1. Er nimmt seinen Stab in die Hand.
- 2. Er wählt fünf glatte Steine aus dem Bach.
- 3. Er legt sie in seine Hirtentasche.
- 4. Er nimmt seine Schleuder in die Hand.
- 5. Er nähert sich dem Philister.

David tut, was er tun kann, damit Gott durch ihn siegen kann. Er ist nicht passiv und wartet, bis Gott ihm haargenau sagt, was er jetzt als nächstes tun muss, sondern er tut das, was er gelernt hat. Und dann fügt sich eins zum anderen. Er nutzt die Fähigkeiten, die er sich als Schafhirte jahrelang angeeignet hat und Gott bewirkt das, wozu David als bloßer Schafthirte nicht fähig gewesen wäre.

Was ist dein aktueller "Riese", deine vermeintlich unüberwindbare Hürde? Ist es die Zulassung zum Medizinstudium, das Staatsexamen, die Assistenzarztstelle, die Facharztprüfung, die Oberarztstelle oder der Ruf in die Mission? Und was kannst du dabei von David lernen? Zum einen darfst du dein Vertrauen auf Gott setzen, dass er mit dir ist, auch wenn deine Voraussetzungen für den einen oder anderen Schritt nicht auszureichen scheinen (2.Korinther 12, 9-10). Zum anderen darfst du dir immer wieder bewusst machen, dass das alltägliche, repetitive und zuweilen auch frustrierend erscheinende Erwerben von Wissen und Fähigkeiten irgendwann dazu führen wird, diese Hürde zu überwinden, so wie Davids im Verlauf der Jahre erworbene Geschicklichkeit im Umgang mit der Schleuder sich nun für alle offensichtlich auszahlt, ihm den Sieg über Goliath zu erringen.

"Marcel, du bist das Highlight des Abends!" Ich sehe das ganz anders: Das, was Gott mit meinem Leben gemacht hat, das ist das Highlight.

So kann der Zuspruch Gottes an Paulus auch zur Ermutigung für dich werden:

Lass dir an meiner Gnade genügen; denn meine Kraft vollendet sich in der Schwachheit. Darum will ich mich am allerliebsten rühmen meiner Schwachheit, auf dass die Kraft Christi bei mir wohne. Darum bin ich guten Mutes in Schwachheit, in Misshandlungen, in Nöten, in Verfolgungen und Ängsten um Christi willen; denn, wenn ich schwach bin, so bin ich stark.

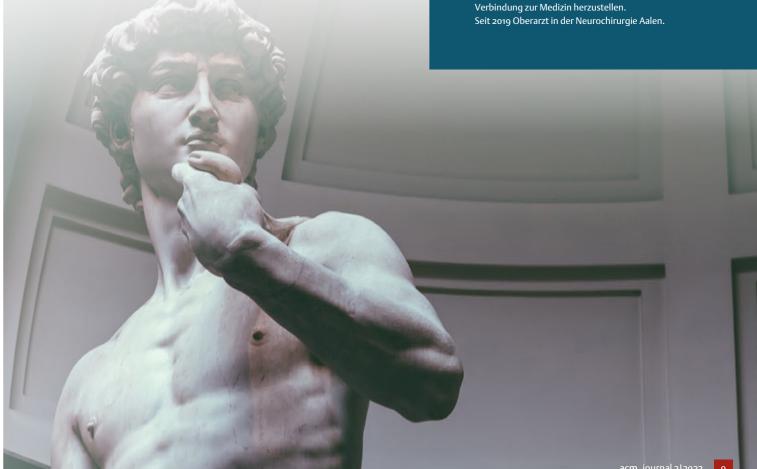
(2.Korinther 12,9-10)

### Dr. med. Marcel Kullmann

Studium der Biologie (Bachelor) und Theologie als Nebenfach in den USA; Medizinstudium in Tübingen, Assistenzarztzeit in Tübingen mit Schwerpunkt Kinderneurochirurgie.

Interesse im Rahmen missionsmedizinischer Kurzzeiteinsätze in Afrika: Schädel-Hirn-Trauma und Kinderneurochirurgie in Subsahara-Afrika;

Pastor einer Pfingstgemeinde und Ältester in der FeG; theologisches Interesse, die seelsorgerlich-theologische Verbindung zur Medizin herzustellen.





"Nichts ist so beständig wie der Wandel."
Dieses Sprichwort ist mir in der letzten
Zeit des Öfteren begegnet. Unsere Welt ist
in den vergangenen Monaten und Jahren
fragiler geworden, und wir merken, dass
unser ganzes Leben von Veränderung und
Entwicklung geprägt ist. Es gibt zahlreiche
Optionen, und Flexibilität ist in vielen Bereichen gefordert. Da drängt sich die Frage auf,
wer uns in solchen Veränderungsprozessen
begleitet und guttut?

von Erdmuthe Gubelt

Natürlich führt uns Jesus als guter Hirte, doch entdeckt man in der Bibel auch einige Zweierbeziehungen, in denen sich Christen in besonderer Weise in Veränderungs- und Entwicklungsprozessen begleiten. Barnabas begleitet Paulus und dieser wiederum Timotheus. Im Alten Testament begleitet Mose den Josua. Diese Beziehungen werden nicht als Mentoring tituliert, doch kann man sie am besten als solches bezeichnen. Ältere Glaubensgeschwister, Mentoren, nehmen jüngere Mentees in die vertiefte Gestaltung der Beziehung zu Jesus – in eine gestaltete Jüngerschaft – mit hinein.

Mentoring hat dabei einen förderungsorientierten Fokus. Das heißt, es geht um die Förderung und Unterstützung eines Mentees in seinem grundsätzlichen Lebensentwurf: Werte entwickeln, Begabungen und Berufungen entdecken und freisetzen.

In all dem spricht der Mentor als wohlwollender Begleiter dem Mentee immer wieder den zentralen Identitätsaspekt zu: Du bist ein geliebtes Kind Gottes! Daraus resultierend kann gemeinsam immer wieder die Frage bedacht werden: Passt das, was ich in einzelnen Lebensbereichen lebe, zu meiner Identität als geliebtes Kind Gottes?

Mittlerweile haben die ersten SMDler der Generation Z (Jahrgänge nach 2000) ihr Studium begonnen bzw. werden es in

den kommenden Jahren abschließen. Die aktuelle und noch mehr die heranwachsende Generation sehnt sich nach guten Vorbildern und wohlwollenden Wegbegleitern. Neben der Begleitung im direkten familiären Umfeld bedarf es weiterer Unterstützung im nichtfamiliären Umfeld, um den Horizont zu weiten und einen Blickwechsel zu ermöglichen. Viele SMDler der aktuellen Studi-Generation werden in den kommenden Jahrzehnten Verantwortung in ihrem Beruf, in der Gesellschaft und in der Gemeinde übernehmen. Sie in ihrer Entwicklung zu reflektierten Leitungsträgern zu begleiten, die auf Gott vertrauen und ihre Gaben für sein Reich einsetzen, ist Vorrecht und Chance zugleich.

Im Netzwerk der SMD und auch darüber hinaus gibt es viele Akademiker, die mit ihrem Erfahrungsschatz und Horizont die Aufgabe eines Mentors übernehmen können und es bereits tun. Seit über 15 Jahren haben wir ein Mentoring-Angebot für Absolventen, die sich im Übergang vom Studium ins Berufsleben befinden. Mit einem begleitenden Kursheft können sich Mentees und Mentoren bei sechs Treffen über wesentliche Themen des Berufseinstiegs austauschen. Alle Infos zum Programm finden sich auf der Website www.blickwechsel.smd.org/mentoring. Darüber hinaus kann auch die Blickwechsel-Koordinatorin bei der Vermittlung eines Mentors helfen (blickwechsel@smd.org).

Nun sind Mentoring und Begleitung nicht erst relevant, wenn man sein Studium beendet. Auch während des Studiums ist es hilfreich, Wegbegleiter an der Seite zu haben. Die Hochschul-SMD hat vor einigen Jahren ein Zielbild für ihre Arbeit formuliert, und dort heißt es: "Wenn ein Student dieser Generation die Hochschul-SMD verlässt, kennt er seine Gaben und hat sie entwickelt; hat er einen Menschen, der ihn begleitet und wird selbst Begleiter für andere; durchdringt er sein Fach und sein Berufsfeld vom Glauben her; kennt er Ansprechpartner für den nächsten Lebensabschnitt."

Daher richtet sich das Wegbegleiter-Mentoring-Programm (www.mentoring.smd.org) bereits an Studierende ab dem ersten Semester. Über eine Online-Plattform können sich Mentoren und Mentees registrieren und direkt vernetzen. Dort kann man gezielt nach bestimmten Regionen, Berufsfeldern und Mentoring-Themen filtern. Eine umfangreiche Materialsammlung für Mentoren sowie Schulungs- und Vernetzungsangebote runden das Angebot ab.

Neugierig geworden? Dann überzeuge dich selbst vom Mehrwert einer Mentoring-Beziehung und starte noch heute eine erste Anfrage oder registriere dich als Mentor in unserer Datenbank, um junge Studierende auf ihrem Weg zu begleiten! Es lohnt sich!

#### **Erdmuthe Gubelt**

Sömmerda, Koordinatorin für das Blickwechsel-Mentoring, Studium: Tourismusbetriebswirtschaft, Wirtschaftspädagogik und Anglistik



Im Mentoring steckt ein riesiges Potenzial zur persönlichen Weiterentwicklung. Ich bin sehr dankbar für die Möglichkeit, durch das Investment meiner Mentorin von ihren Erfahrungen zu profitieren und so beispielsweise in meinen Stärken wachsen zu können.

Melissa, SMD Oldenburg



Mit meinem Mentor habe ich Raum, meine Biografie und aktuelle Themen zu reflektieren, um mich selbst und Jesus besser kennen zu lernen. Mir hilft die Begleitung dabei, Ziele zu formulieren und mutige Schritte auf diese hin zu gehen. Ich lege jedem SMDler Wegbegleiter-Mentoring ans Herz!

Joram, SMD Regensburg



Durch das Mentoring habe ich gelernt, mich selbst besser zu verstehen, mich mit meinen Schwächen anzunehmen und Gottes Sichtweise auf die Dinge zu sehen. In den monatlichen Gesprächen haben wir zusammen konkrete Lösungsstrategien entwickelt, die mir in kniffeligen Situationen helfen und meinen Fokus wieder auf Jesus richten. Ich bin sehr dankbar für diese Erfahrung und kann das Mentoring-Programm wärmstens weiterempfehlen!

Beke, SMD Lingen

acm\_journal 2 | 2022

### **MENTORING**

### \_Warum es mich begeistert

Ich habe schon immer gerne Biografien gelesen. Auf diese Weise in die Welt von jemand anderem einzutauchen, finde ich großartig und bewegend. Es fasziniert mich immer wieder, dass ich durch die Bücher oder Erzählungen anderer von ihren Entscheidungen lerne oder über Dinge ins Nachdenken komme, über die ich vorher nie nachgedacht habe.

Mentoring ist ein bisschen wie das Lesen einer Biografie, aber interaktiver, persönlicher und langfristiger.

Ich durfte im Mentoring von einer tollen Frau lernen, die Jesus nachfolgt, ihn in ihren Alltag einbezieht und mutig voran geht. Meine Mentorin hat mir viel aus ihrem Leben erzählt, mich in ihre Familie eingeladen und Alltag mit mir geteilt. Ich durfte sie kennen-lernen und sehen, was für Früchte ihr Leben trägt. Das Besondere am Mentoring ist, dass

es nicht nur einseitig ist, wie bei einer Biografie. Mentoring eröffnet einen Raum, in dem ich auch selbst erzählen darf und Rat bekomme. Dadurch ist eine Freundschaft entstanden, in der wir zusammen gebetet, geweint und gelacht haben.

Je nach Lebenssituation denke ich, dass Mentoring auch gut einen besonderen Fokus haben kann: Ehrenamt, berufliche Themen, Familie, Glauben etc. Für mich war ein Mix dieser Themen sehr gut – auch wenn es dann sinnvoll ist, sich auf Mentoring-Gespräche gut vorzubereiten und einen individuellen Fokus für einzelne Gespräche zu setzen. Mit meiner Mentorin konnte ich viel über meinen Glauben, über Beziehungsfragen, über die Vereinbarkeit von Familie und Beruf reden. Sie hat mir einige hervorragende Buchtipps gegeben, und wir haben uns nicht zuletzt über mein Studium ausgetauscht. Ganz ehrlich: Ich bin mir nicht sicher, ob ich ohne Mentoring durch mein Studium gekommen wäre. Manche Tipps in Bezug aufs Lernen, Strukturieren meiner Freizeitaktivitäten und meines geistlichen Lebens waren Gold wert und haben mich – glaube ich – vor mancher Verzweiflung bewahrt. Für mich ist die Mentoring-Beziehung auch ein Ort, in dem ich Kritik von Menschen bekommen kann, die echtes Interesse an mir haben. Häufig kann ich mit Kritik nicht besonders gut umgehen. Es fällt mir vor allem schwer, wenn die Beziehungsebene dadurch belastet wird, oder gar keine Art von Beziehung besteht und Kritik dadurch vielleicht verurteilend wirkt. Ich weiß, dass ich Kritik brauche, und Mentoring war und ist für mich ein sehr guter Rahmen dafür.

Gleichzeitig habe ich erlebt, wie nicht nur Kritik, sondern auch ein positives Herausfordern unglaublich wertvoll im Mentoring sind. Ich glaube, meine Mentorin hat häufig Dinge in mir gesehen, für die ich selbst keinen Blick hatte. Sie konnte mich durch das Ehrenamt in der ACM, welches sie häufig als "Spielwiese, auf der man sich kreativ austoben kann" bezeichnete, gezielt einsetzen. Das war einfach genial, gerade wenn man in einem so tollen Team zusammenarbeitet.

Für mich bedeutet Mentoring, dass jemand, der geistlich reifer, älter und lebenserfahrener ist, mir von seinem Wissen abgibt, meine Lebenssituation von außen betrachten und mich in dieser persönlich-vertrauten Beziehung spiegeln und auf Schwachstellen hinweisen darf.

Gerade im medizinischen Umfeld, wo es nach meinem Empfinden so oft um Performance geht, tut es so gut, jemanden wirklich in die Karten schauen zu lassen und weisen Rat zu bekommen. Ich kann Mentoring nur jedem wärmstens empfehlen und hoffe, dass ich mein Leben lang von Mentoren lernen darf.

Silja Weber Kiel, PJ-Studentin

Meine dreijährige Mentoring-Beziehung mit meiner wunderbaren Mentorin war für mich ein Geschenk Gottes, das genau zur richtigen Zeit kam. Vor dem Start unseres Mentorings wuchs in mir die Sehnsucht danach, zusammen mit einer Person, die mir an Lebens- und Glaubenserfahrung voraus ist, gemeinsam auf manche Bereiche meines Lebens zu schauen. Es hat mich Mut gekostet, den ersten Schritt zu tun und die Ärztin, die ich damals noch nicht lange und gut kannte, zu fragen, ob sie mich als Mentorin begleiten würde. Und es hat enorme Überwindung gekostet, im Gespräch mit ihr so manche Maske fallen zu lassen. Unser erstes Mentoring-Gespräch war vermutlich eher eine Art Beicht- und Seelsorgegespräch. Das muss aus meiner Sicht nicht in jeder Mentoring-Beziehung so sein und gehört vielleicht auch nicht zum engeren Bereich von Mentoring dazu. Mir hat es in dem Moment aber sehr geholfen, und es hat den Grundstein gelegt für einen ehrlichen Austausch, aus dem ich viel mitnehmen konnte. Das ist ein erster Punkt, den ich in Bezug auf Mentoring festhalten kann: Mut zur Ehrlichkeit lohnt sich. Je mehr ich mit meiner Mentorin die Themen teile, die mich wirklich tief im Innern beschäftigen, desto besser kann sie darauf eingehen. Ein weiterer Punkt, der sich aus meiner Sicht absolut bewährt hat, ist das gemeinsame Gebet. Ich durfte mehr als einmal erfahren, wie Gott meine Mentorin beim Wort genommen hat, nachdem sie für mich gebetet hatte. Das hatte weitreichende, segensvolle Konsequenzen für mein Leben. Konkret lief das Mentoring so ab, dass ich meine Mentorin angefragt habe, wenn ich Bedarf für ein nächstes Gespräch hatte und wir dann einen Termin für ein persönliches Treffen oder Telefonat vereinbart haben. Dadurch hatte ich genügend Zeit, das Besprochene zu verdauen und umzusetzen und weitere konkrete Fragen für das nächste Treffen zu formulieren. Im Durchschnitt hatten wir ca. alle sechs bis acht Wochen ein Gespräch. Die inhaltliche Spanne war sehr weit: Von Medizin und studienbezogenen Themen bis hin zu Fragen bezüglich Beziehungen, Persönlichkeitsentwicklung und Glauben kam alles vor. Trotz dieser Vielfalt an Themen gab es manche Punkte, die in unseren Gesprächen immer wieder aufgekommen sind. Ich empfand es als sehr hilfreich, bei diesen Dauerbrenner-Themen begleitet zu werden und zu sehen, wie sich manches auch auf diesen Gebieten

Es war unglaublich bereichernd, wenn meine Mentorin aus ihrem eigenen Leben erzählt und persönliche Geschichten und Erfahrungen als Beispiele oder Tipps mit mir geteilt hat. Ich durfte ihr Leben als authentisches Zeugnis dafür sehen, dass Gott mit unserem Leben Gutes vorhat, und dass er ein absolut vertrauenswürdiger Teppichknüpfer unseres Lebensteppichs ist.

Ein letzter wichtiger Aspekt unserer gelingenden Mentoring-Beziehung waren für mich Freiheit und Grenzen. Eine Bedingung meiner Mentorin für die Mentoring Beziehung war z. B., dass ich ihre Worte nicht als Maßstab für richtig und falsch nehme. Ich hatte die Freiheit, Besprochenes zu prüfen und das Gute zu behalten, und meine Mentorin hatte die Freiheit, Grenzen zu ziehen, wenn manche Themen und Fragen ihre persönlichen Kompetenzen oder den Rahmen der Mentoring-Beziehung überstiegen. Da es von Anfang an klar war, dass unsere Mentoring Beziehung zeitlich begrenzt sein würde, hatten wir am Ende der Zeit beide die Freiheit, einander ziehen zu lassen. Rückblickend habe ich sehr vom Mentoring profitiert und schon einige Freundinnen und Kommilitonen ermutigt, sich auch einen Mentor oder eine Mentorin zu suchen, teilweise auch mit Erfolg. Momentan halte ich die Augen nach einer neuen Mentorin offen und würde es auch nicht ausschließen, eines Tages selbst Mentorin für Mentees zu sein. Passend dazu habe ich folgenden Vergleich gehört: Das Tote Meer verfügt nur über einen Zufluss, keinen Abfluss. Im Toten Meer ist, wie der Name schon sagt, kein Leben möglich. Der See Genezareth hingegen hat einen Zufluss, aber auch einen Abfluss, und in diesem See wimmelt es von Leben. In diesem Sinne ist Mentoring eine wunderbare Art, um zu empfangen und weiterzugeben, jeweils alles zu seiner Zeit.

Katharina Ceranski Heidelberg, PJ-Studentin



Leute anwerben, um Schüler zu haben. Er war auch gar nicht als Lehrer, sondern bislang höchstens als Zimmermann bekannt.

Der Ausruf: "Folge mir nach" war die standardmäßige Antwort eines Rabbis auf die Bitte eines jungen Mannes: "Darf ich dir folgen?". Er durfte dann der Wanderschule beitreten und stand unter dem rabbinischen Vertrag. Dies heißt nicht, dass etwas unterschrieben wurde, aber nun wusste jeder: Wenn du jetzt Jünger dieses Rabbis bist, dann hast du auf bestimmte Art zu lernen. Diese Art zu lehren war spiralförmig. Das bedeutet Folgendes: Erst gab es Unterricht, wie man ihn kennt. Die Schüler saßen still, hörten zu, prägten sich das Gesagte ein. Wenn der Rabbi es erlaubte, durften die Jünger Fragen stellen: Was bedeutet das? Warum siehst du das so und so? Wenn der Lehrer den Unterricht beendet hatte, ließ er sie allein, damit sie das Gehörte diskutieren konnten. Sie diskutierten, argumentierten und debattierten.

Die zweite Art zu lehren war durch sein Vorbild. Die Jünger beobachteten ihren Meister ganz genau. Seine Art zu leben war wie die Thora in Aktion und seine Nachfolger wollten ihn bis ins kleinste Detail nachahmen. Laufen wie er, reden wie er, essen wie er. Die Leute sollten keinen Unterschied mehr sehen zwischen ihnen und dem Rabbi.

Das dritte ist die Prüfung: Die Spirale wird enger und es beginnt ein neuer Lehrzyklus. Ein Rabbi prüft seine Schüler ständig. Er gibt ihnen kleine Aufgabe, z. B. andere zu unterrichten, damit er sehen konnte, ob sie lernten, was sie sollten. Wenn Jesus seine Jünger zum Predigen aussandte, war das so etwas wie eine Prüfung, und als sie zurückkamen, wollte er wissen, wie es ihnen ergangen war und welche Fragen sie hatten z. B. nach der Stillung des Sturms, der Speisung der Fünftausend, der Segnung der Kinder.

Ein Jude würde sagen: Wir glauben zwar nicht so an Jesus wie ihr Christen, aber wir erkennen einen guten Rabbi, wenn wir ihn sehen, und Jesus war ein ganz besonders guter Rabbi!

Die Beziehung zwischen Rabbi und Schüler hatte einen Schlusspunkt, sie war nicht wie eine Ehe. Jesus entlässt die Jünger aus dem rabbinischen Vertrag, sie dürfen gehen, sie sollen sogar losgehen und andere lehren, wie er sie gelehrt batte.

Wenn wir Jünger heranziehen wollen, sollten wir das am besten so tun, wie Jesus es tat. Er rief zu sich, wen er wollte. Jünger sind von Jesus berufen. Jesus ergreift die Initiative, er ist der Handelnde, der Rufende: Komm und folge mir nach! Der Gerufene sagt Ja. Er folgt freiwillig und ohne Druck.

Bei Jesus steht nicht das theoretische Wissen und nicht die Aufgabe im Mittelpunkt, sondern er selbst und die Gemeinschaft mit ihm. Wenn wir die Prioritäten anders setzen, also zuerst die Aufgabe, dann die Beziehung zu Jesus, dann wird Christsein zur schweren Last, zur Überforderung, da uns die Erfrischung und die Freude, die aus der Beziehung kommen, fehlen. Wenn wir vor lauter Engagement für die Gemeinde keine Zeit mehr mit Gott haben, sondern nur noch für ihn unterwegs sind, läuft etwas grundlegend schief.

Wie ist es bei uns? Pastoren erhalten eine gründliche theologische Ausbildung, lernen, wie man Bibeltexte auslegt und Predigten vorbereitet und hält. Aber oft fehlt das Wichtigste: Die persönliche Beziehung zu einem reifen Christen, der sie fördert und prägt, mit dem sie über persönliche Fragen und auch Zweifel reden können. Ebenso ist es bei den Ehrenamtlichen. Was gibt es für großartige Schulungsmöglichkeiten. Mitarbeitende können sich Methoden, Techniken und das nötige Wissen für ihre Aufgabe aneignen, und das ist wichtig. Aber oft fehlt auch hier die persönliche Beziehung zu einer Person, die im Glauben gereift ist. So eine Beziehung ist für das Wachstum im Glauben viel wichtiger als die Vermittlung von Wissen und Methoden. Wir sollten uns einmal fragen: Wo sind die Menschen, die uns im Glauben geprägt haben? Worin waren sie uns Vorbild? Was hat sie für uns so attraktiv gemacht?

# Wie kann Jüngerschaft heute funktionieren?

Jüngerschaft hat viel mit Vorbildern zu tun. Man kann von Menschen lernen, mit denen man zusammen ist. Deshalb ist es gut, wenn man sich positive Vorbilder sucht.

Vorbilder inspirieren uns und spornen uns an, sie lösen eine Sehnsucht nach Wachstum und Veränderung aus, und geben Hoffnung, dass Gott auch uns umgestalten kann.

Jesus sagte: "Wer mich sieht, der sieht den Vater" (Johannes 12,45), und Paulus geht sogar so weit, dass er sagt: "Nehmt mich zum Vorbild, wie ich Christus zum Vorbild nehme" (1.Korinther 11,1), und zu Timotheus sagte er "Sei den Gläubigen ein Vorbild, in allem was du sagst und tust, in der Liebe, im Glauben und in deinem aufrichtigen Lebenswandel" (1.Timotheus 4,12).

Wäre das nicht schön, wenn wir das anderen sagen könnten: "Wenn du mich siehst, meine Worte hörst, mein Handeln beobachtest, dann siehst du Jesus in mir?" Noch schöner wäre es allerdings, wenn wir das nicht sagen, sondern wenn unser Leben so aussieht, dass sich die anderen wünschen: "So zu sein wie er oder sie, das möchte ich auch!" Diejenigen, die für mich Vorbild sind, würden sich selbst am allerwenigsten so bezeichnen und sind so bescheiden, dass das schon wieder für mich Vorbild ist.

So zu leben, dass man ein Vorbild für andere ist, das ist schon eine ganz schöne Herausforderung! Aber tatsächlich tragen wir diese Verantwortung, wenn wir dem Auftrag Jesus gerecht werden wollen. Ganz wichtig sind die persönlichen Beziehungen, wenn man sich einerseits Menschen sucht, die Vorbild für einen sind und andererseits sich um Menschen kümmert, für die man selbst Vorbild sein kann. Es ist in einer Gemeinde ein gegenseitiges Geben und Nehmen. Die Jungen können von den Alten profitieren, aber auch umgekehrt. Niemand ist in allen Bereichen perfekt, und geistliche Reife kann bei einer Person in verschiedenen Bereichen auch unterschiedlich ausgeprägt sein.

Der Prozess, dass wir selbst Jesus ähnlicher werden und anderen helfen, Christus ähnlicher zu werden, läuft nicht automatisch.

Ich bin davon zutiefst überzeugt, dass geistliches Wachstum, ein zufriedenes Leben, das Frucht bringt, niemals einfach so passiert. Es ist immer eine Folge von vielen kleinen und großen guten Entscheidungen und eine Folge von konkreten Schritten, die wir gehen.

Und eine gute Entscheidung z. B. ist, tiefgehende Beziehungen zu pflegen, in denen man wirklich ehrlich sein kann und in denen ein guter geistlicher Austausch möglich ist. Ganz egal, unter welchen Bedingungen die Begegnungen stattfinden. Es ist wichtig, dass es regelmäßige Treffen gibt, in denen wir offen miteinander reden, Sünde bekennen, Vergebung zusprechen und einander ermutigen, Christus ähnlicher zu werden. Denn enge Beziehungen können einem helfen, den Glauben im Alltag besser zu leben.

Können wir heute sagen, dass wir weniger jähzornig, egoistisch und neidisch sind und weniger schnell beleidigt reagieren als noch vor einem Jahr?

Wäre es nicht schön, wenn wir in einem Jahr von uns sagen können: "Ich kann schneller vergeben, bin freundlicher, fröhlicher, zufriedener, dankbarer und ausgeglichener als noch 2022? Oder wenigstens: Ich bin in einem dieser Bereiche ein Stück Jesus-ähnlicher geworden?

Sind wir bereit, einen nächsten Schritt zu gehen? Sind wir bereit, uns auf neue Dinge einzulassen, unseren Charakter zu entwickeln und zu mehr Reife und innerer Stärke zu gelangen?

Es ist gut zu wissen, dass der Missionsbefehl mit den Worten beginnt: "Mir ist gegeben alle Gewalt im Himmel und auf Erden".

Jesus ist es, der die Macht hat. Aus eigener Kraft und Anstrengung können wir nichts erreichen ("Denn ohne mich könnt ihr nichts tun!", Johannes 15,5). Wenn wir uns langsam aber sicher zu echten Jüngern Jesu entwickeln, dann ist das Gnade.

Und seine Gnade ist es auch, die uns wieder aufrichtet, wenn wir sündigen. Denn selbst wenn wir uns noch so sehr bemühen, ihm ähnlicher zu werden und ihm nachzufolgen, werden wir immer wieder auch versagen. Aber dank seiner Gnade können wir weiter machen. Immer wieder einen nächsten Schritt. Einen Schritt in der Nachfolge Jesu, der das vollkommene Vorbild ist.

### Zum Nachdenken:

- Bist du im wahrsten Sinne ein Jünger Jesu? Einer, der täglich von Jesus lernt, nah an ihm bleibt, sich wünscht, ihm immer ähnlicher zu werden?
- 2. Bist du ein Jünger, der anderen hilft, Jesus nachzufolgen? Kannst du jemanden guten Gewissens sagen: Nimm mich zum Vorbild? Und ermutigst du andere, Jesus ähnlicher zu werden?
- Baust du bewusst Beziehungen, die dir dazu helfen im Glauben zu wachsen oder die dem anderen dazu verhelfen?



**Dr. med. Debora Langenberg**Fachärztin für Allgemeinmedizin
Referentin der ACM, Langenfeld

acm\_journal2|2022



Diesen Liedvers von Manfred Siebald hörte ich im Rahmen meiner Bekehrung, und er diente mit zur Berufung zur Missionsärztin; zudem wusste ich von "verschlossenen Ländern", in die man z. B. durch einen medizinischen Beruf einfacher hinein kommt.

Biografien von anderen Missionsärzten und -ärztinnen wie z. B. von Dr. Ida Scudder, die mir Freunde schenkten, um mich auf meinem Weg zur Missionsärztin zu bestätigen, schreckten mich eher ab! Wusste ich doch von mir nur zu gut, dass ich ganz sicher keine besonders herausragenden Fähigkeiten hatte, sondern nur eher mit Mühe das Medizinstudium geschafft hatte. Und früh um vier Uhr aufzustehen, um Stille Zeit, Sport und Unterrichtsvorbereitungen – alles vor Anbruch des eigentlichen Arbeitstages – zu schaffen, hörten sich für mich eher nach frühem Burnout an, als dass es mir als Vorbild oder nachahmenswert erschien.

dass sie mit einem Fatigue Syndrom vom Missionsfeld zurückgekommen war und seitdem – bis heute! – kräftemäßig sehr eingeschränkt ist.

Auch Berichte von hohen Zahlen täglich behandelter Patienten aus dem Missionskrankenhaus in Sibanor in Gambia, in dem ich dann später selbst zehn Jahre mitgearbeitet habe, ließen Angst vor Überforderung aufkommen. Ich wusste jedoch nicht, dass einheimische, ausgebildete Krankenschwestern die meisten der Patienten behandelten, diese jedoch in die Statistik der einen Ärztin einflossen, weil sie letztlich die Hauptver-

Von einer mir bekannten Ärztin wusste ich auch,

antwortliche war.
Wie kam es trotz all dieser Vorbehalte zur Mitarbeit in der Mission? Durch Glaubensgehorsam und Vertrauen, dass Gott mich kennt und als der gute Hirte richtig führen wird, zu einer Arbeit, die mich hoffentlich nicht permanent überfordern würde. Und so war es dann auch.

Die Arbeit, die sonst eine Ärztin allein geleistet hatte, teilten sich zu meiner Anfangszeit drei Ärzte. Über die Jahre hatten wir immer einmal wieder auch Medizinstudenten und junge Ärzte zur Mitarbeit in Gambia. Ob diese durch meine Arbeit motiviert wurden, sich selbst als Missionsärzte einzubringen? Ja, fast alle dieser jungen Kurzzeit-Mitarbeiter waren seinerzeit zur weiteren Mitarbeit in der Mission motiviert, doch nicht alle haben es dann später umgesetzt. Eines konnte ich aber sicher bezeugen: Gott gibt zur Berufung auch die Fähigkeit. Und: Er legt seinen Kindern nicht mehr auf, als sie tragen können. Bibelschule und abgeschlossene Facharztausbildung vor der Ausreise - damit dann aber um einige Jahre älter sein, bis es zur Ausreise kommt? Ich würde es heute so empfehlen. Selbst hielt ich meine Ausbildung aber bewusst breitgefächert und arbeitete viereinhalb Jahre in verschiedenen Fachbereichen: Pädiatrie und Innere Medizin, Gynäkologie und Geburtshilfe sowie Chirurgie. Damit reiste ich dann ohne Facharzttitel aus. Und wiederum: Der gute Hirte, fand auch nach 20 Jahren medizinischer Missionsarbeit in Gambia eine ideale Stelle für mich in Deutschland, als ich wieder zurückkam: Im Kinder- und Jugend-Gesundheitsdienst. Hier führe ich hauptsächlich Schuleingangsuntersuchungen durch und kann meiner jetzigen Berufung, meine Mutter zu pfle-

"Gott ist treu, und was er zusagt, das hält er gewiss." Psalm 33,4 – Was hat er zugesagt? "Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit, so wird euch das alles zufallen." Matthäus 6,33 – Ja, auch dafür stehe ich gerne als Zeugin.

gen, zusätzlich nachkommen.

**Hedwig Albers** 

Geroldsgrün 20 Jahre lang Missionsärztin in Gambia



von Maike Rahel Sander

"Ich weiß nicht mehr, seit wann ich Medizin studieren wollte. Es muss irgendwann zwischen der fünften und neunten Klasse gewesen sein. Denn malte ich vor knapp zehn Jahren noch begeistert Bilder von mir als Polizistin, so stand auf meiner Beurteilung am Ende meines Betriebspraktikums beim Hausarzt von den unglaublich herzlichen MFAs folgender Satz geschrieben: "Maike wird sicher einmal eine gute Ärztin werden!"

In den 15 Jahren davor hatte ich weder eine lebensverändernde Offenbarung, die mich zur Medizinerin berufen hätte, noch einen bewussten Berufsfindungsweg.

Was ich hatte, waren treue Wegbegleiter, prägende Erlebnisse und ein immer sicherer werdendes Bauchgefühl.

Krankenhäuser fand ich nie bedrückend, sondern eher irgendwie spannend, egal, ob ich meinen Opa besuchte und die ewig langen Flure erkundete oder selbst als Achtjährige dort Patientin war.

Auch Krankengeschichten fand ich immer schon interessant und bin mit ihnen zuhause am Abendbrottisch aufgewachsen – erzählt wurden sie damals von meiner Mama. Wie sie von ihren Erlebnissen in der Praxis erzählte, vor anderen über ihre Arbeit sprach und sich übers Frauenärztin-Sein freute, weckte in mir Neugier und ein wenig Bewunderung. Ganz ähnlich durfte ich

es bei meinem Papa erleben: Erinnerungen an seine Zeit als Ingenieur, spannende Geschichten als Lehrer an der Grundschule, irgendwann sein Einstieg als Schulleiter: Egal wovon er erzählte, ich hatte immer den Eindruck, dass es ihn wirklich interessierte, ihm seine Arbeit Spaß machte und ihn herausforderte.

Eins stand für mich durch meine Eltern fest: Ich wollte auch diese Begeisterung, das anhaltende Interesse, die Freude, die sie für ihren Beruf hatten. Damals war mir die Berufsrichtung noch nicht klar, dafür wusste ich aber, was ich für einen Blick auf meine Arbeit haben will.

Mein großer Bruder Lukas hat über unsere Mama einmal folgenden Satz geschrieben: "Ich hatte immer das Gefühl, dass sie den besten Job der Welt hat, egal wie anstrengend er ist." Genau so habe ich das auch wahrgenommen und ich dachte: So einen Job will ich auch!

Und als Lukas dann anfing, Medizin zu studieren, sprang die Begeisterung dafür auch auf mich über ...

In den folgenden Jahren schaute ich zu, wie Lukas und seine Frau Lina sich gemeinsam durchs Studium arbeiteten – interessiert, begeistert, teils herausgefordert und manchmal verzweifelt. Ich sah ihr wachsendes Interesse und Wissen und wie hart die Vorklinik sein kann.

Am Ende der Mittelstufe entschied ich mich nach monatelanger Überlegung gegen den Musikleistungskurs und für das Bio-Leitfach und lernte dort zum ersten Mal einen Biolehrer kennen, der Forschung super fand, klinische Beispiele in den doch sehr theoretischen Genetikunterricht einbrachte und uns immer wieder durch medizinische Literaturrecherche dazu ermutigte, neueste Forschung zu begreifen. Das war ein absoluter Traum für mich – und noch eine Bestätigung, dass Medizin das Richtige ist.

Auch meinen Einblick in die Arbeit eines befreundeten Hausarztes in der neunten Klasse habe ich in guter Erinnerung: Eine von zwei Christen geführte Praxis, in der ich bei jedem Arzt und jeder MFA, die ich in den drei Wochen kennenlernte, das Gefühl hatte, dass sie ihre Arbeit gut und gerne machen. Ich durfte EKGs schreiben, Blutdruck messen, beim Blutabnehmen assistieren – und fand's einfach richtig cool! Ein Jahr später lernte ich drei Wochen lang den Klinikalltag in der Gynäkologie kennen, sammelte neue Erfahrungen und

erlebte Konflikte im Team, Probleme zwischen Ärzten und Krankenschwestern und den Pflegenotstand. Ist halt doch nicht alles so rosig wie im Fernsehen, dachte ich mir und wollte trotzdem nicht weniger gern Ärztin werden.

Ich entschied mich dazu, ein FSJ im Krankenhaus zu machen, ein Jahr, das ich jedem angehenden Mediziner empfehlen würde. Ich spürte den Frust in der Pflege und hörte Sätze wie "Lass das mit dem Studium lieber bleiben, das macht einen kaputt" von einem Pfleger, der das Studium abgebrochen hatte. Andererseits erlebte ich aber auch unterstützende Kolleginnen und Kollegen, die mich in meinem Vorhaben bestärkten. Ich lernte fachlich kompetente, aber dabei kalte, wenig empathische, unglücklich kommunizierende Ärzte und Ärztinnen kennen, bei denen ich dachte: "So will ich nicht mit Kolleginnen und Patienten umgehen!" und nahm mir vor, es besser zu machen. Im Krankenhaus war ich gerne, genoss die Zeit, die ich mir für Patienten nehmen durfte und sog jedes neue kleine Stück Wissen, das ich in Übergaben und Visiten aufschnappen konnte, mit Begeisterung auf. Und am Ende dieses Jahres wollte ich trotz aller erlebten Probleme immer noch Ärztin werden!

In all diesen Jahren fuhr ich jedes Jahr mit meiner Mama nach Rehe auf die Haupttagung der ACM. Ich lernte auf diesen Tagungen offene, sympathische Mediziner kennen, die Spaß daran hatten, sich mit anderen Christen auszutauschen, das Arzt-Sein gemeinsam weiterdenken wollten und sich außerdem gerne um ihre Familie kümmerten. Das beeindruckte mich immer und weckte in mir Vorfreude.

Jetzt studiere ich in meiner Wahlstadt Lübeck und kann nach meiner bescheidenen einjährigen Erfahrung immer noch sagen: Das war die absolut richtige Entscheidung! Und dafür bin ich unglaublich dankbar.

e Rahel Sander

Maike Rahel Sander

Medizinstudentin, 3. Semester
Lübeck

acm\_journal 2 | 2022



Das Denken bewegt durch Argument und Begründung, das Herz durch Berührung und Vorbild.

Peter Horton

### **IMPRESSUM**

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

Redaktio

Dr. Debora Langenberg, Michael Fritz, Dr. Annette Heitmann-Schmitz, Dr. Andreas Rost, Dr. Nadine Sprodowski

Gestaltung:

Claudia Holmer | www.holmer-design.de

Auflage: 1.000

Bildnachweis:

iStock.com © AlexLinch (Titelbild) Alle weiteren, wenn nicht anders angegeben, privat/ACM-Archiv.



Eine Fachgruppe der akademiker\_smd

### ACM

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

### ACM-Sekretariat

Aubachstr. 5 | D-35647 Waldsolms Fon +49. 60 85. 98 76 56 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