


# GUT WEITERGEBILDET. GUT BELASTET?

## STRESS- & BURNOUTRISIKO IN DER WEITERBILDUNG ALLGEMEINMEDIZIN

## VORLÄUFIGE ERGEBNISSE QUALITATIVER INTERVIEWS

**von Oltersdorff-Kalettka A.[1], Meinel J.[1], Berk S.[1], Mundt T.[2], Rau A.[2], Bleckwenn M.[2], Bergmann A.[1], Gottschall M.[1]**

[1]Bereich Allgemeinmedizin, Medizinische Fakultät, Universitätsklinikum Carl Gustav Carus an der Technischen Universität Dresden

[2]Institut für Allgemeinmedizin, Medizinische Fakultät der Universität Leipzig

### HINTERGRUND [1, 2, 3]

Strukturelle und organisatorische Defizite prägen die ärztliche Weiterbildung (WB) Allgemeinmedizin und führen jahrelang zu hohen Belastungen. Mögliche Folgen sind Erschöpfung und Burnout, die mit verlängerter Weiterbildungszeit und Fachwechsel oder Abbruch einhergehen. Zudem besteht eine erhöhte Gefahr von früher Erschöpfung und Demotivation bereits beim Einstieg in das Berufsleben mit negativen Folgen auf die Leistungsfähigkeit und die Versorgungsqualität.

### ZIELSETZUNG

Vertiefendes Verständnis der subjektiven Belastungserfahrungen, des Stressempfindens sowie der Bewältigungsstrategien in der WB Allgemeinmedizin aus Sicht der Ärzt:innen in Weiterbildung (ÄiW).

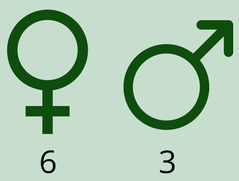
### METHODIK

- Trendstudie mit Start in 2023
- Mixed-Methods: Explanatory Design
- 2. Phase: Qualitative Erhebung in 2026
- 9 leitfadengestützte Interviews mit ÄiW des KWA[Sa]
- > 540 Minuten Interviewdaten
- qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring

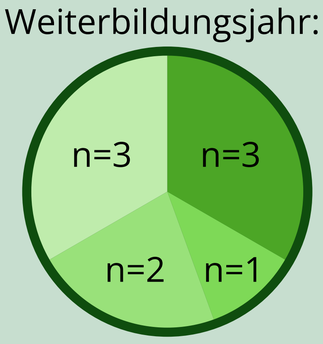
### STICHPROBE

- n=9
- alle ÄiW durchliefen bisher stationäre als auch ambulante WB-Abschnitte

Geschlecht:




Weiterbildungsjahr:




## ERSTE ERGEBNISSE: BELASTUNGSATTRIBUTE IN VERSCHIEDENEN BEREICHEN

**Arbeitsorganisation & Strukturelle Bedingungen**

- Fehlende Planungsicherheit und keine organisierte Rotationen (Ausnahme: Weiterbildungsverbund = zeigt sich als struktureller Schutzfaktor)
- Hohe Arbeitsmenge, Personalmangel, Zeitdruck, fehlende Ruhe- und Pausenzeiten
- Schicht- und Nachtdienste in langen Dienstfolgen
- Bürokratische Hürden
- Teilzeit bringt keine Entlastung (Arbeitsmenge bleibt gleich, Gehalt wird weniger)

*"Was ich immer gemacht habe, war auf Toilette gehen. Also das gibt es viele Kolleginnen, die auch das ganz regelmäßig erzählen, dass sie einfach nicht aufs Klo gehen."*

**Weiterbildungsqualität & Unterstützung**

- Fehlende strukturierte Einarbeitung verstärkt Gefühl von Überforderung
- Fehlende bzw. schlecht erreichbare Ansprechpersonen und keine Supervision
- Unsicherheit wird besonders dann belastend, wenn Verantwortung übernommen werden muss, ohne sich ausreichend vorbereitet oder begleitet zu fühlen
- Unterstützung teilweise vorhanden, muss jedoch aktiv eingefordert werden

*"Also jeder kann einfach Weiterbilder werden, dafür muss er eigentlich nur gearbeitet haben. Und da war immer mein Eindruck, naja, du bist halt eine billige Arbeitskraft."*

**Arbeitsklima & psychosoziale Bedingungen**

- Arbeitsklima ≠ Begleitfaktor, sondern eigenständige Belastungsdimension
- Fehlende Peer-Communities und fehlender Teamzusammenhalt sind gerade bei hoher Arbeitsbelastung stark belastend
- Konflikte, problematische Führung, hierarchische Strukturen als Belastungsfaktoren
- Teils aggressive und als diskriminierend erlebte Kommunikation
- Unterstützung häufig informell statt strukturell organisiert

*"Dass man auch nicht zu einer bestimmten Zeit auf Arbeit sein kann, weil man Kinder in den Kindergarten bringt. Man muss sich immer wieder rechtfertigen, immer wieder diskutieren."*

**Individuelle Ressourcen & Work-Life-Balance**

- Teilweise erhebliche private / familiäre Kompensation notwendig
- Bewusstsein über die zeitliche Begrenzung belastender Abschnitte (Rotationen) als Durchhalte-Strategie notwendig
- Work-Life-Balance hängt stark von tatsächlich umgesetzter Grenzziehung ab

*„Aber man hat halt einfach diesen enormen Leistungsdruck die ganze Zeit und das Überforderungsgefühl. Also das habe ich eigentlich in der Klinik permanent."*

**wahrgenommene Folgen für das Wohlbefinden**

- Belastung zeigt sich vielfältig: Erschöpfung, Energiemangel, erhöhtes Grübeln, Schlafstörung, sozialer Rückzug, psychosomatische Stressfolgen (z.B. Infektanfälligkeit, Haarausfall, Gewichtsabnahme, Konzentrationsprobleme)
- Nicht alle fühlen sich unmittelbar burnoutgefährdet - trotz deutlicher Anzeichen
- Individuelle Resilienz und soziale Unterstützung können Belastungen abfedern - strukturelle Defizite jedoch nicht dauerhaft kompensieren!

*"Also in der Zeit in der Inneren, wie gesagt, es waren ja nur zwei Monate, da habe ich 10 Kilo abgenommen."*

## FAZIT UND ZENTRALE STELLSCHRAUBEN, UM GESUNDE ARBEITSBEDINGUNGEN ZU FÖRDERN:

- Organisatorische Faktoren: strukturierte Einarbeitung, erreichbare Ansprechpartner:innen, regelmäßige Supervision und verpflichtendes Feedback
- Weiterbildungsqualität: Schulung der WB-Befugten → WB sollte nicht „neben" der Versorgung stattfinden, sondern als eigener strukturierter Prozess
- Kommunikationsklima: pos. soziale Beziehungen und guter Teamzusammenhalt sind essentielle Entlastungsressourcen und Schutzdimensionen bei hoher Arbeitsbelastung – mehr Bewusstsein seitens der WB-Befugten schaffen

KWA[Sa] KOMPETENZZENTRUM WEITERBILDUNG ALLGEMEINMEDIZIN SACHSEN

info@kwasa.de

http:// www.kwasa.de

[1] Assistenzärzte-Umfrage 2024: Arbeitsbedingungen, Digitalisierung und Modernität: Sächsische Landesärztekammer
[2] Köhler, Sophie, et al. "Subjektiv erlebte Arbeitsbelastung in der Weiterbildung Allgemeinmedizin und Anforderungen an ein Kompetenzzentrum–eine Querschnittsstudie aus Sachsen-Anhalt." Das Gesundheitswesen 82.10 (2020): 801-807.
[3] Kocalevent, Rueya Daniela, et al. "Burnout and Gratification Crises in Female and Male Physicians during Postgraduate Medical Education in Germany-A Longitudinal Study." Psychotherapie, Psychosomatik, medizinische Psychologie (2020)