

Coach my Career (CmC)

Ein Generationenprojekt

Coach_{my} Career Programm

- Kurze Geschichte
- Projektidee
- Projektstand
- Workshop / Diskussion

Kurze Geschichte

- Ca. 2006 an einer HR Präsentation von **ABB**:
«Wir nehmen unser Topkader ab 60 aus der Linienverantwortung und setzen es in einem internen Mentoringprogramm für junge Führungskräfte ein»
- **Die Idee:**
Das sollten wir auch in der Medizin machen – aber wie?

- VLSS, VSAO, SWIMSA, mfe und SIWF nehmen die Idee des Departementes stationäre Versorgung und Tarife der FMH auf und sind bereit, an einem gemeinsamen Coachingprogramm mitzumachen
- CmC nimmt in den ersten Köpfen Form an und hat eine gute Resonanz
- Ein Projektteam formiert sich

- Medienmitteilung VSAO BS/BL 23.5.2018:

Eine weitere Erkenntnis der Befragung, die der VSAO als bedenklich beurteilt, ist die Tatsache, dass nur knapp zwei Drittel wieder einen medizinischen Berufsweg wählen würden, wenn sie nochmals „zurück an den Start“ könnten. Mehr als 13 % beantwortete diese Frage mit einem klaren Nein und würden damit einen anderen Beruf wählen, wenn sie könnten. Und über 22 % sind in der Frage „unschlüssig“.

Projektidee

- Die Grundidee:
«Die Silberrücken helfen den Jungen» oder
«Generationensolidarität»
- Wir stellen unsere Erfahrung zur Verfügung
- Wir halten das Erfahrungswissen länger im System
- Wir bleiben möglichst neutral (Idee der 2 Coaches)
- Wir bleiben möglichst offen (Ideen aller sind wichtig)
- Es handelt sich um ein rollendes Projekt – wir sind immer bereit sinnvolle Anpassungen zu prüfen und uns weiter zu entwickeln



Gemeinsam sind wir stark

**Generationenübergreifende
Kooperation**

Heutiger Projektstand

- Gruppe 1:
Seminare für Studenten
Studenten haben Einführungsseminare an den verschiedenen Fakultäten (BS, BE, GE, VD, ZH)
- Gruppe 2:
Coachings für Assistenz- und Oberärzte
 - a. Assistenzärztinnen und –ärzte (Inhalt eher Ausbildung)
 - b. Junge Oberärztinnen und –ärzte (Inhalt eher Karriere)

- Vorlesungen für die Studenten im +/- letzten Jahr
- Vorgetragen von bereits Berufstätigen (Organisation durch die SWIMSA)
- Themen:
 - Wie gestaltet man ein Bewerbungsdossier
 - Grosses vs. kleines Spital für den Einstieg
 - Wie finde ich mich in der Berufswelt zurecht
 - Etc.

→ Und Bekanntmachung der Coachings

Coach_{my} Career Coachings

- Grundsätze:
 - Gezielte Gespräche (Mentees definieren Fragen)
 - Detailliertes Anmeldeformular
 - 1 oder mehrere Gespräche
 - Erstgespräch immer mit 2 Coaches
 - Rückmeldungen von beiden Seiten an Sekretariat
 - Evaluationsbogen
 - Kosten für Mentees (50.- Studenten, 150.- AA/OÄ), Unkosten (Spesen) der Coaches werden bezahlt

Coach_{my} Career 2 Coaches

- Immer 2 Coaches:
 - Ein **Fachspezifischer** (gemäss Anmeldeblatt)
 - Ein **'Neutraler'**(Beispiel Berufsziel Chirurgie: **Chirurgie** / **Psychiatrie**)
- Wechselnde Teams – keine blinden Flecken entwickeln
- Leute kennen lernen (Vernetzung unter Coaches)
- Von einander gegenseitig lernen
- Nach Meldung vom CmC Sekretariat sprechen sich die Coaches zum weiteren Vorgehen ab

Sorgen von Jungärzten:

- Wie werde ich ein/e „gute/r“ Assistenzärztin/-arzt?
 - Allen gerecht werden?
- Gesetzliche Maximalarbeitszeiten und Überstunden?
 - Einführungszeit / Dauerzustand
- Wie gehe ich mit Belastenden Erlebnissen um?
- Wo bekomme ich Hilfe?

Karrierespezifische Fragen:

- Schnellstmöglicher Facharztstitel vs. Fremdjahr(e)
 - Wie divers darf/soll meine Ausbildung sein?
- Zentrums- vs. Regionalspital?
 - Wo starten? Wie lange bleiben?
- Curriculumsstelle/Netzwerkstelle vs. Freie Stellenwahl
 - Wie viel Zukunftsplanung ist nötig?
- Welche Kurse/Symposien machen Sinn?
- Frühzeitige Übernahme einer Stv. Oberarztstelle?

Familienfragen:

- Familienplanung in der Weiterbildungszeit
- Schwangerschaft als AÄ/OÄ
 - In befristetem Arbeitsverhältnis
- Weiterbildung in Teilzeitarbeit
 - Unterstützung / Beratungsmöglichkeiten
 - Weitere Karriereplanung
 - Wiedereinstieg. Wann und Wie?

- Bestehende Coachings (z.B. Psychiatrie UniZH / Steigbügel mws / Praxiseröffnungen FMHSERVICES) sollen nicht konkurrenziert werden, sondern die Mentees sollen vielmehr auf solche hingewiesen werden
- Weiterbildungsstättenverantwortliche haben auch einen Coachingauftrag

Heutiger Workshop

Unser Erfahrungswissen für die Mentees
und für uns alle...

Auf Grund meiner eigenen Erfahrungen identifiziere ich je 3 Themen, die ich den Mentees mitgeben würde:

- Was würde ich den Mentees empfehlen unbedingt **zu machen**, um im Beruf langfristig gesund und zufrieden zu bleiben?
- Was würde ich den Mentees empfehlen unbedingt **zu vermeiden**, um im Beruf langfristig gesund und zufrieden zu bleiben?