



# Gestaltungsfreiheit statt permanentem Arbeitsdruck: Ganzheitliches Zeitmanagement für niedergelassene Ärzte

Von IFABS

Erstellt am 4 Dez 2018 - 07:54

Worum es geht

Haus- und Fachärzte empfinden sich oft als Opfer ihrer knappen Zeit. Doch eine einfache Analyse versetzt sie in die Lage, diese Situation umzukehren und ihre Zeitverwendung aktiv zu gestalten.

Zeitmangel ist für immer mehr Ärzte ein ernstes Problem

Immer mehr niedergelassene Ärzte aller Fachrichtungen klagen über chronische Arbeitsüberlastung, Zeitdruck und ständigen Zeitmangel. Wird diese Situation zu einem Dauerzustand, sind beeinträchtigende Stress-, Frustrations- und Demotivations-Gefühle nicht mehr weit entfernt und wirken sich auch auf das Personal, die Patienten und das Privatleben aus.

Zeitmangel entsteht vor allem durch praxisinterne Fehlsteuerungen

Arbeitsanalysen zeigen jedoch, dass die meisten Ärzte, die über diese Symptome klagen, prinzipiell über genügend Zeit verfügen, allen an sie herangetragenen Ansprüchen gerecht zu werden, wenn sie ihre Zeit anders – und damit besser – einteilen und nutzen würden. Was ihnen fehlt, ist ein auf ihre persönlichen Bedürfnisse zugeschnittenes ganzheitliches Zeitmanagement, mit dessen Hilfe sie eigenbestimmt zu einer systematischen Einteilung und planvollen Nutzung ihrer Arbeitszeit gelangen.

Aber auch für Praxisinhaber, die von der geschilderten Problematik nicht akut betroffen sind, ist es unter Berücksichtigung dieser Definition hilfreich, das eigene Zeitmanagement regelmäßig zu überprüfen und die „Effizienz-Killer“, die sich leicht einschleichen können, frühzeitig zu beseitigen bzw. bislang ungenutzte Optimierungsmöglichkeiten zu identifizieren.

Zeit-Optimierung ist nur ganzheitlich erfolgreich

Der Begriff „ganzheitliches Zeitmanagement“ umfasst zum einen den persönlichen Umgang mit der Zeit durch Anwendung der hierfür geeigneten Techniken, zum anderen die Gestaltung des Praxismanagements, das den Handlungsrahmen des persönlichen Zeitmanagements definiert. Je umfassender die Praxisführung Best Practice-ausgerichtet ist, d. h. je mehr Regelungen, Instrumente und Verhaltensweisen eingesetzt werden, die einen nachhaltig funktionierenden Praxisbetrieb gewährleisten, desto geringer ist der ärztliche Zeitaufwand für die Steuerung. Zeitmanagement ist in dieser Definition das Gegenteil von Stoppuhr- und Fließbandmedizin. Es führt durch die Erschließung zeitlicher Freiräume zu Druckbeseitigung, Entspannung und Harmonisierung.

Umfänglich zu einer Optimierung der Zeitverwendung

Weiterlesen : <https://bit.ly/2zLiG05> [1]

- [Arzt, Praxis und Qualifikationen](#)



**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 05:38):** <http://www.medkom24.eu/node/23636>

**Links:**

[1] <https://bit.ly/2zLiG05>