



# Zeitstress in der Arztpraxis: Die Ursache sind vor allem Fehlentscheidungen von Ärzten und Medizinischen Fachangestellten

Von IFABS

Erstellt am 17 Mai 2017 - 06:25

Ärzte, die ihren Zeitdruck minimieren oder beseitigen möchten, müssen sich zunächst bewusst werden, dass sie ihre persönliche Zeiteinteilung und das Praxis-Zeitmanagement aktiv steuern können und nicht von Außeneinflüssen abhängig sind.

Der Arzt ist Herr seiner Zeit, nicht Diener

Praxisinhaber, die sich intensiver mit der Einteilung ihrer Zeit und der Schaffung von Freiräumen beschäftigen möchten, sollten sich zu Beginn einer Voraussetzung bewußt sein: anders als Angestellte verfügen sie über den entscheidenden Vorteil, dass sie den ihnen zur Verfügung stehenden Zeitrahmen und dessen Nutzung weitgehend selbst steuern können. Das klingt angesichts der zunehmenden Anzahl von Ärzten, die das Gefühl haben, unter akutem Zeitstress zu stehen, zunächst merkwürdig und unlogisch, beschreibt aber die Realität. Jeder Arzt hat, u. U. zusammen mit einem oder mehreren Partnern, Entscheidungen zu Sprechzeiten, Bestellsystem, Leistungsangebot, Personal, Räumen und Geräten sowie zur Art der Zusammenarbeit getroffen, aus denen eine gesamtzeitliche Disposition seines Arbeitsalltags entstanden ist. Hinzu kommen natürlich auch nicht beeinflussbare Größen wie z. B. administrative Vorgänge, die bei Ihrer Zeitverwendung zu berücksichtigen sind.

Zeitdruck entsteht aus Fehlentscheidungen

Vergleicht man auf der repräsentativen Basis der Valetudo-Community© struktur- und leistungsgleiche Praxisbetriebe, deren Inhaber und Teams über Zeit-Druck, -Not -oder gar -Stress klagen und solche, die derartige Probleme nicht kennen, zeigt sich, dass Probleme vor allem durch Fehlentscheidungen im Rahmen der Zeiteinteilung entstehen. Diese können das persönliche Zeitmanagement der Ärzte betreffen, d. h. die Instrumente und Techniken ihres Umgangs mit der Zeit, aber auch Fehler im Rahmen des Praxis-Zeitmanagements, wenn z. B. Medizinische Fachangestellte Fehlentscheidungen zur Zeitverwendung (Beispiel: häufiges „Einschieben“ unangemeldeter Patienten) treffen, die dann die persönlichen Nutzungsmöglichkeit der Arzt-Zeit negativ beeinflussen. Aus diesem Grund muss für einen optimierten Umgang mit dem knappen Faktor „Zeit“ das ganzheitliche Zeitmanagement als Summe des persönlichen und des Praxis-Managements betrachtet werden.

Reframing: das Glas ist halbvoll

Bereits die Verinnerlichung dieses Ansatzes, das Glas als halbvoll und die Zeiteinteilung als eine aktive, weitgehend selbstbestimmbare Handlung zu betrachten, bietet die Möglichkeit, sich – zunächst mental – der vermeintlichen Zangenwirkung zu entziehen, die sich aus dem Anspruch Dritter an die Zeit des Arztes und ihrer knappen Verfügbarkeit ergibt und die zu Reaktionen wie Streß, Demotivation oder sogar Burn-out führt.

Die Valetudo Community©-Untersuchungen zeigen, dass 80% der „ärztlichen Zeitfrust-Probleme“ „hausgemacht“ sind und auf der geschilderten Fehlentscheidungs-Problematik beruhen. Das bedeutet: die meisten Ärzte, die über die o.a. Symptome als dauerhafte Einschränkungen klagen, verfügen prinzipiell über genügend Zeit, allen an sie herangetragenen Ansprüchen gerecht zu werden, wenn sie ihre Zeit anders – und damit besser – einteilen und nutzen würden. Was ihnen fehlt, sind

– Transparenz über ihre Zeitverwendung und



– die „richtigen Entscheidungen“ zu einem auf ihre persönlichen Bedürfnisse zugeschnittenen ganzheitlichen Zeitmanagement.

das in dieser Definition das Gegenteil von Stoppuhr- und Fließbandmedizin ist.

Weiterführende Informationen und Hilfestellungen zum Thema

Der Valetudo Check-up© „Ganzheitliches Zeitmanagement“, eine ohne die Notwendigkeit eines Vor-Ort-Beraters umsetzbare, validierte Zeitmanagement-Fernanalyse ist darauf ausgerichtet, Defizit- bzw. Risikobereiche des Zeit- und Praxismanagements zu identifizieren und Optimierungsmöglichkeiten für zeitliche Freiräume aufzuzeigen. Alle Informationen im Überblick: <http://ow.ly/ZRwk30bN8B4> [1]

- [Arzt, Praxis und Qualifikationen](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 06:56):** <http://www.medkom24.eu/node/22347>

### Links:

[1] <http://ow.ly/ZRwk30bN8B4>