

Sabbatjahr – von Boston bis Ushuaia

Professor Giessing über private und berufliche Veränderungen nach einem Jahr Auszeit

von Anika Biel*

Prof. Markus Giessing ist geschäftsführender Oberarzt der Urologie an der Universität Düsseldorf und hat trotzdem 2016 ein Jahr Auszeit genommen.

WÄB: Prof. Giessing, bitte erzählen Sie uns von der Zeit vor Ihrem Sabbatjahr. Wie lange haben Sie schon gearbeitet, was haben Sie besonders gerne getan, welche Schwierigkeiten und/oder Herausforderungen haben Sie gemeistert?

Giessing: Vor meinem Sabbatjahr hatte ich schon knapp 20 Jahre gearbeitet, mit Ausnahme meiner ersten beiden Jahre als Arzt im Praktikum an einer kleineren Klinik in Norddeutschland durchweg an zwei Universitätskliniken. Die Arbeit war immer hochinteressant, ich habe es immer als sehr gute Option und schöne Herausforderung angesehen, mich immer wieder mit neuen Dingen zu beschäftigen. Besonders gerne habe ich die minimalinvasive Urologie ausgeübt und alles in Zusammenhang mit der Nierentransplantation. Schwierigkeiten und Herausforderungen gab es natürlich, ich glaube aber, dass es kein Unterschied ist, wo man arbeitet, also ob an einer Universitätsklinik oder einem Versorgerhaus. Was in der Erinnerung ist, sind weniger die Schwierigkeiten als vielmehr der Eindruck einer intensiven, guten und spannenden Zeit.

WÄB: Trotz Ihrer beruflichen Erfolge haben Sie dann über ein Sabbatjahr nachgedacht. Was hat Ihren Beschluss bestärkt? Gab es einen konkreten Auslöser? Kannten Sie schon Kollegen, die ein Sabbatical durchgeführt haben?

Giessing: Anfangs hatte ich gar nicht unbedingt an ein Sabbatjahr gedacht. Es gab früher in der Urologie ein Pflichtjahr Chirurgie in der Weiterbildungsordnung, das wollte ich damals in Afrika machen. Mein Traum war es, dort ein Jahr in der Entwicklungshilfe unterstützen zu können. Das ließ sich leider nicht verwirklichen. Im Laufe der Zeit kam dann das Thema Sabbatjahr auf. Mein ehemaliger Chef an der Berliner Charité, Professor Stefan Löning, in Norddeutschland gebürtig, aber lange in den USA lebend, hatte selbst ein Sabbatjahr gemacht, damals unter anderem an der Charité in Berlin. Ich fand das Thema dann zunehmend interessant. Als Idee hatte ich, meine Spanischkenntnisse zu verbessern und in einem spanischsprachigen Land zu reisen, aber dort auch Entwicklungshilfe zu leisten. Zudem wollte ich aber auch in einigen „High End“-Kliniken in den USA hospitieren und mein urologisches Wissen dort erweitern. Der konkrete Auslöser war dann letztlich die schwere Demenzerkrankung meines Vaters. Das hat mir nochmal klar und deutlich gezeigt: Wenn du etwas machen möchtest, mach es! Nach dem Tod meines Vaters habe ich dann diesen über viele Jahre gehegten Traum umsetzen können.

WÄB: Wie hat Ihr Arbeitgeber, wie haben Ihre Arbeitskollegen auf Ihren Entschluss reagiert? Gab es kritische Stimmen oder überwog das Positive?

Giessing: Mein Arbeitgeber hat ausgesprochen positiv reagiert, dafür bin ich heute noch dankbar. Sowohl mein Chef als auch das Dekanat haben den Plan unterstützt.

Die grundsätzliche Idee, eine zwei Drittel-/ein Drittel-Lösung zu machen, also über drei Jahre zwei Drittel des Gehaltes zu bekommen, die ersten beiden Jahre dabei voll zu arbeiten und das dritte Jahr dann nicht zu arbeiten bei zwei Drittel des Gehalts, ließ sich nicht umsetzen. Ich habe dann letztlich eine unbezahlte Freistellung für acht Monate erhalten. Urlaubsanspruch aus dem Vorjahr,



Überstunden- und Freizeitausgleich und Urlaubsanspruch aus den ersten vier Monaten des Sabbatjahres haben die Freistellung für ein komplettes Kalenderjahr ermöglicht.

Ob es kritische Stimmen gab? Die wird es sicher gegeben haben, aber keine offensiv kritischen. Die Leute haben nach den Motiven gefragt, ob ich vorhätte, die Arbeit zu wechseln oder ob ich ein „Burn-out“ hätte. Beides war nicht der Fall. Ich habe ihnen gesagt, dass ich einen sehr lange gehegten Traum umsetzen möchte. Es kamen zudem sehr viele positive Rückmeldungen, nach dem Motto: „Das ist ja toll, wollte ich auch schon immer machen.“ Tatsächlich war es sogar für ein oder zwei Leute der Anstoß, ihre eigene Idee von einem Sabbatjahr konkret umzusetzen.

WÄB: Wie haben Sie das Jahr verbracht? Konnten Sie die Zeit so nutzen, wie Sie sich das vorgenommen haben? Gab es besondere Momente, gute oder schlechte?

Giessing: Auch wenn anfänglich ein Jahr so wahnsinnig lang erscheint: Die Zeit vergeht wie im Flug. Feste Ankerpunkte für das Jahr

Junge Ärzte



Serie

* Anika Biel ist Leitende Ärztin der Urologie in der Müritzklinik, Klink, und war bis Ende Februar Mitglied des Arbeitskreises Junge Ärztinnen und Ärzte der ÄKWL.

waren das Erlernen der spanischen Sprache, eine Motorrad-Tour auf der Route 66 mit einem sehr guten Freund, der zu dieser Zeit mit seiner Familie in Washington arbeitete, und die Hospitationen in den USA. Ich habe erst Intensivkurse Spanisch in Köln gemacht, danach dann das Sabbatjahr in Zentralamerika begonnen, in Costa Rica, ebenfalls mit intensivem Spanisch-Training. Danach habe ich Zentral- und Südamerika bereist, immer wieder unterbrochen von Sprachschulaufenthalten und von den Hospitationen in der Urologie in den USA in Houston, Texas, und Boston, Massachusetts. In den USA habe ich auch die dreiwöchige Motorradtour gemacht. Im weiteren Verlauf konnte ich in Peru in einer „medical mission“ in den Anden arbeiten. Das hat sich tatsächlich zufällig ergeben, denn vorher, von Deutschland aus, gab es für Urologen in Zentral- und Südamerika keine Option, in einem Projekt zu arbeiten.

Ohnehin hat sich vor Ort immer sehr viel ergeben – und das, denke ich, war genau das Richtige für mich. Ob es besondere Momente gab? Ja, unendlich viele. Richtig schlechte Momente gab es nicht, hingegen wahnsinnig viele fantastisch gute Momente – ob es Naturerlebnisse waren, Begegnungen mit Menschen oder das Kennenlernen neuer Kulturen. Natürlich auch das Kennenlernen seiner selbst im vollkommen neuen Umfeld. Das alles war einfach fantastisch.

WÄB: Was hat sich für Sie persönlich geändert? Haben Sie sich verändert?

Giessing: Ich denke, dass ich mich nicht grundlegend verändert habe, aber dass sich doch viel geändert hat in meinen Ansichten, dass vermeintlich Selbstverständliches, wie wir es eben hier empfinden, alles andere als selbstverständlich ist. Ich bin sicher demütiger geworden und dankbarer für viele kleine Dinge. Wenn man erfährt, mit welcher Selbstverständlichkeit und Gastfreundschaft einem in den armen Regionen dieser Welt begegnet wird, dann hinterlässt das positive Spuren. Meine Kernerfahrung für mich persönlich aus diesem Jahr: Sei offen und wach, aber auch freundlich und bescheiden, dann ergeben sich immer Lösungen für vermeintlich kaum lösbare Schwierigkeiten.

WÄB: Wie war Ihre Rückkehr? Haben Sie sich direkt wieder einfinden können oder gab es so große persönliche Veränderungen, dass die Rückkehr für Sie schwierig war?

Giessing: Die Rückkehr privat war sehr schön, zu Weihnachten 2016 war ich wieder hier. Ich habe mich gefreut, meine Familie und meine Freunde wiederzusehen, und da konnte ich auch nahtlos anknüpfen. Mit den heutigen Medien ist es ja auch problemlos möglich, von jedem Winkel der Welt im tagesaktuellen Kontakt zu bleiben, wenn man das wünscht.

WÄB: Konnten Sie an Ihren beruflichen Erfolg anknüpfen oder haben Sie das Gefühl, dass der



Weg nun beschwerlicher ist? Oder ganz konkret: Sind Kollegen neidisch?

Giessing: Beruflich gab es natürlich Veränderungen. Die Erfahrung ist ja: Man ist beruflich ersetzbar, jederzeit. Das sehe ich eher als Motivation an, denn den Grund, z. B. ein Sabbatical nicht zu machen, weil dann das berufliche Umfeld zusammenbricht, gibt es de facto nicht. Verständlicherweise wurde meine Position als leitender Oberarzt von einem Kollegen während meiner Abwesenheit übernommen. Er hat diese Position dann auch weiter behalten, was für mich absolut nachvollziehbar war. In der Position als geschäftsführender Oberarzt habe ich aber genug interessante und verantwortungsvolle Aufgaben, und nach achteinhalb Jahren Tätigkeit als leitender Oberarzt ist ein Wechsel in der Besetzung dieser Position auch für die Klinik und das Team gut.

Neidische Kollegen hatte ich nicht, zumindest wurde mir das nicht mitgeteilt. Viele haben

mich allerdings auf mein Sabbatjahr angesprochen und zum Ausdruck gebracht, dass sie das durchaus als sehr mutig und gut empfanden und es Teil ihrer Überlegungen wurde, persönliche Ziele und Wünsche konkreter anzugehen.



Ein Jahr voller Kontraste: In seinem Sabbatjahr hatte Prof. Markus Giessing u. a. die Möglichkeit, in einer Klinik in Houston, Texas, zu hospitieren und in einer „medical mission“ in Peru zu arbeiten.

WÄB: Würden Sie sich rückblickend erneut für ein Sabbatjahr entscheiden? Was würden Sie gegebenenfalls verändern?

Giessing: Ich würde mich auf jeden Fall wieder für ein Sabbatjahr entscheiden. Dabei muss die Auszeit ja auch gar nicht so lang sein, drei Monate sind durchaus schon gut. Die Welt da draußen ist so wahnsinnig interessant und anders, dass es sich wirklich lohnt aufzubrechen. Wobei ein Sabbatjahr auch nicht unbedingt ein äußerer Aufbruch sein muss, einige nutzen eine Sabbatzeit, um z. B. ein Buch zu schreiben. Mit der Sicherheit eines privaten und letztlich in sich selbst ruhenden „Heimathafens“ lässt sich ein solches Sabbatjahr fantastisch erleben.

Was ich verändern würde: Ich würde definitiv mit erheblich weniger Gepäck losziehen, mein Rucksack hat am Anfang über 20 Kilo gewogen. Letztlich reicht die Hälfte. Ansonsten würde ich mich eher mit der Sprache auseinandersetzen und intensiv trainieren. Das sind aber alles letztlich Marginalien. Eines allerdings würde ich definitiv ändern: Nachdem ich ab dem 1.1.2016 ein freies Jahr vor mir hatte, hat es doch zehn Wochen gedauert, bis ich überhaupt losgekommen bin. Das hatte auch etwas damit zu tun, dass ich durchaus Respekt hatte vor diesem ersten Schritt. Heute würde ich spätestens in der zweiten Woche des Sabbatjahres losziehen!