EUROPEAN-NEWS-AGENCY.COM

EUROPEAN NEWS AGENCY

International Press Service

Ressort: Mixed News

Fit für den Klinikalltag

Bonn, 20.08.2025 [ENA]

Fit für den Klinikalltag.
Medizinstudierende trainieren Resilienz – mit Outdoor-Übernachtung und Joey Kelly.

Notfälle, Nachtschichten, Entscheidungen unter Zeitdruck – wer in medizinischen Berufen arbeitet, braucht mehr als Fachwissen. Die Medizinische Fakultät der Universität Bonn bietet ihren Studierenden deshalb gemeinsam mit dem Diakonie Klinikum Jung-Stilling Siegen besondere Kurse zu mentaler Stärke an.

Auch in diesem Jahr waren namhafte Referent*innen am Universitätsklinikum Bonn (UKB) und in Siegen dabei, darunter erneut Extremsportler Joey Kelly, der für die Studierenden etwas Neues parat hatte: eine Nachtwanderung samt Übernachtung im Freien.

Human- und Zahnmedizinstudierende des vorklinischen Studienabschnitts (2.-4. Fachsemester) der Universität Bonn konnten in diesem Jahr wieder aus einem vielseitigen Wahlpflichtangebot wählen. Neben fachnahen Themen standen am Universitätsklinikum Bonn (UKB) durch das Kooperationsprogramm Bonn-Siegen erneut auch Kurse zu persönlichen Fertigkeiten auf dem Programm, wie zum „Umgang mit Extremsituationen“.

Dabei erzählten Extremsportler*innen, wie sie mit Herausforderungen und Scheitern umgehen: Bergsteigerin Julia Schultz, die als erste Deutsche die höchsten Berge der sieben Kontinente bestieg, Siegerin des „Rad am Ring“ 2024 Melina Borgmann, Amateur-Triathlon-Weltmeisterin beim Ironman auf Hawaii Julia Ertmer und Joey Kelly.

- Raus aus der Komfortzone, rein in den Wald -

Letzterer gab am Freitag in seinem Vortrag „No limits“ wieder Einblicke in seine Abenteuer. Neu war, dass er die 24-köpfige Gruppe bei sich in Lohmar empfing – und nachts in den Wald führte. Zwölf Kilometer wanderten sie im Dunkeln durch für sie unbekanntes Gebiet. Zudem erfuhren die Nachwuchsmediziner*innen, wie sie sich notfalls in der Natur ernähren können.

Joey Kelly, der in 17 Tagen und 23 Stunden über 900 Kilometer ohne Geld Deutschland durchquerte, weiß wovon er spricht. „Ich will den Studierenden zeigen, dass sie ihre eigenen Grenzen nicht nur erfahren,

Redaktioneller Programmdienst:
European News Agency

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661
Email: contact@european-news-agency.com
Internet: european-news-agency.com

Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

sondern auch überwinden können“, sagt er.

- Wertvoller Input für den medizinischen Alltag -

Um genau solche Erkenntnisse geht es in den Wahlkursen, wie Prof. Dr. Veit Braun, Chefarzt der Neurochirurgie am Diakonie Klinikum Jung-Stilling und im Rahmen des Kooperationsprogramms Lehrender an der Medizinischen Fakultät Bonn, erklärt: „Gerade junge Mediziner*innen können im stressigen, oft emotional belastenden Klinikalltag an ihre Grenzen kommen. Darum ist es wichtig, solchen Themen im Studium Raum zu geben“.

Raum dafür gab es auch nach der Nachtwanderung beim Lagerfeuer. Übernachtet wurde dann unter freiem Himmel, bis die Gruppe gegen 5:30 Uhr zum Fünf-Kilometer Morning Run geweckt wurde. „Die Übernachtung aber auch die unglaublich beeindruckenden Extremsportler*innen haben meine Erwartungen übertroffen“, erzählt Mai-Lin Gunawan, Studentin der Humanmedizin im 2. Semester. „Mitgenommen habe ich, dass man auch mal aus seiner Komfortzone raus muss, um voranzukommen.“ Kommilitonin Eva-Carina Kramer schließt sich an: „Das Wahlfach hat mir mit Blick auf den Arztberuf wertvolle Impulse gegeben und eindrucksvoll vermittelt, dass man alles schaffen kann, auch, wenn mal alles zu viel wird.“

Die zwei Tage in Lohmar rundeten das Programm des Wahlbereichs ab. Die Tage zuvor waren bereits sportlich: mit dem Selbstverteidigungssystem Krav Maga kompensierten die Teilnehmenden ungleiche Kräfteverhältnisse; mit Yoga und Faszientriggerpunkten übten sie sich in Entspannung. Der ehemalige Profileichtathlet Andreas Klose klärte über gesunde Ernährung auf und trainierte mit den Studierenden für eine stabile Psyche. Auch mit Resilienz befasste sich die Gruppe in Theorie und Praxis. „Die Fähigkeit, in Ausnahmesituationen ruhig zu bleiben und sich selbst vor Stress zu schützen, ist genauso wichtig wie der sichere Umgang mit Patient*innen,

Krankheiten und Instrumenten“, fasst Prof. Dr. Veit Braun die Inhalte des gesamten Wahlpflichtbereichs zusammen.

- Ganzheitliches Lehrkonzept – Jonglage, Luftfahrt und Co. -

Auch in den weiteren Wahlbereichen der Bonn-Siegen-Kooperation kamen praktische Fertigkeiten für Mediziner*innen nicht zu kurz: Mit Profijongleur Thomas Dietz trainierten die Teilnehmenden, beide Hände gleichermaßen einzusetzen. „Das ist nicht nur für künftige Chirurg*innen von Vorteil, sondern in allen medizinischen Fachbereichen“, sagt Prof. Dr. Veit Braun. Gleiches gilt für eine gute Koordination im Team – geübt wurde diese mit Pilot Carsten Wächter und Anästhesistin Desirée Wächter mit Modelleisenbahnen, die nicht kollidieren durften.

Redaktioneller Programmdienst:
European News Agency

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661
Email: contact@european-news-agency.com
Internet: european-news-agency.com

Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.



Übertragen auf die medizinische Praxis bedeutet all das: mehr Sicherheit für Mitarbeitende und Patient*innen. Letztere rückten im Vortrag von Henning Krautmacher, ehemaliger Frontmann der „Höhner“, nochmal in den Fokus. Er berichtete von der Krankheitsgeschichte seiner Frau und ihren positiven Patienten-Erfahrungen am UKB. Dabei vermittelte er den Studierenden, wie wichtig es ist, dass auch Ärztinnen und Ärzte Hoffnung geben.

- Über die Bonn-Siegen-Kooperation -

Die Medizinische Fakultät Bonn kooperiert seit 2018 mit der Universität Siegen und vier klinischen Ausbildungspartnern: dem Klinikum Siegen,

dem Diakonie-Klinikum Jung-Stilling, dem St. Marien-Krankenhaus und der DRK-Kinderklinik. Ziel ist, die wissenschaftliche Exzellenz Bonns mit der regionalen Gesundheitsversorgung in Südwestfalen zu verbinden und langfristig die medizinische Ausbildung, Forschung und Patientenversorgung in der Region zu stärken. Bonner Studierende erhalten besondere Einblicke durch Wahlpflichtfächer in den ersten Studienjahren und Blockpraktika in den Siegener Kliniken. Mehr Infos: www.medfak.uni-bonn.de/de/studium-lehre/studienangebot/kooperation-bonn-siegen

Bericht online lesen: https://wifu.en-a.de/mixed_news/fit_fuer_den_klinikalltag-92005/

Redaktion und Verantwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Wilhelm Fussel

Redaktioneller Programmdienst:
European News Agency

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661
Email: contact@european-news-agency.com
Internet: european-news-agency.com

Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.