

Der Vorstand der Schweizerischen Gesellschaft für Allgemeinmedizin dankt dem Organisationskomitee des 24. SGAM-Kongresses in Zürich sehr herzlich für seine ausserordentlich gute Arbeit. Das OK hat einen Kongress organisiert, der unsere Energien erneuert und uns in eine ausgezeichnete Ausgangssituation gebracht hat, um vorwärts zu kommen. Wir sprechen den Kolleginnen und Kollegen unsere grosse Anerkennung aus.

Unser Kollege Hansueli Späth, auch ein Mitglied des Organisationskomitees, wurde an dieser Jahresversammlung in den Vorstand der SGAM gewählt; er wird im Vorstandsausschuss mitarbeiten. Wir freuen uns über diese Wahl, heissen ihn herzlich willkommen ... und überlassen ihm das Wort für dieses Editorial – eine Bilanz des Kongresses.

*Jacques de Haller,*  
Präsident der Schweizerischen  
Gesellschaft für Allgemeinmedizin

## Ein weiteres Rezept gegen das «Burn-out»

Der SGAM-Kongress 2001 in Zürich ist vorbei. Während zwei Tagen haben über 600 Kolleginnen und Kollegen daran teilgenommen, hergereist aus der ganzen Schweiz. Alle haben durch ihre Teilnahme und die aktive Mitarbeit in den Workshops mitgeholfen, dass der Jahreskongress in Zürich als Erfolg bezeichnet werden darf.

Für uns vom Organisationskomitee fängt nun der Alltag wieder an. Die lange Zeit der Vorbereitung liegt hinter uns; endlose Sitzungen, das Suchen nach geeigneten Referenten, langes Hinterfragen, ob unser Programm überhaupt Anklang finden werde, die Ungewissheit, ob alles klappen wird – die vielen organisatorischen Probleme, welche ein Anlass dieser Grösse mit sich bringt.

Natürlich haben wir uns in dieser Vorbereitungszeit nicht nur mit dem Kongress befassen können. Vor uns lag auch die so wichtige Abstimmung über die ärztliche Medikamentenabgabe im Kanton Zürich, deren Resultat wohl wegweisend für die ganze Schweiz ist und welche wir unbedingt gewinnen wollten (und, soeben wurde das Resultat bekannt, gewonnen haben!).

Aufgeschreckt wurden auch wir mitten in den letzten Vorbereitungen durch die schrecklichen Nachrichten aus Washington und New York, welche uns bewusst machten, dass unser Kongress nicht das Wichtigste auf der Welt sein kann, betroffen von Terror und Gewalt, ratlos und sorgenvoll in die weltpolitische Zukunft schauend (die direkte Auswirkung auf den Kongress: Referenten, welche zu dieser Zeit in den USA weilten, konnten nicht zurückfliegen und mussten ersetzt werden).

Und selbstverständlich wurden wir auch von unseren «dramatischen und weniger dramatischen» Patienten in Anspruch genommen, mussten wir unsere lokalen und nationalen Arbeiten in der Standespolitik wahrnehmen, waren unsere Familien froh, uns gelegentlich zu sehen.

Unsere Anspannung wurde immer grösser – wird alles gut ablaufen, findet jeder seinen Workshop, sind die Abendessen organisiert? Unzählige Probleme und Problemchen tauchten immer wieder von neuem auf. Schliesslich wollten wir ja den herangereisten TeilnehmerInnen, ähnlich wie bei unseren PatientInnen, mit unseren Ideen gefallen.

Nun, rückblickend ist (fast) alles gut gegangen. Die Workshops waren meist gut besetzt, die Rückmeldungen positiv, die Stimmung war gut. Unser Konzept der interaktiven Workshops hat zwar unter der unerwartet hohen Teilnehmerzahl etwas gelitten, doch wurde trotzdem viel diskutiert und auch manches gelernt. Die gute Stimmung zum Schluss des Kongresses ist ein Indiz für den Erfolg dieser Art der Fortbildung unter und mit KollegInnen.

Prof. Oswald Oelz hat in seiner unverwechselbaren Art Rezepte gegen das «Burn-out» erteilt. Nur wenige von uns schaffen es, die Eigernordwand in kurzer Zeit zu durchklettern, und nur wenige von uns werden je auf dem Mount Everest stehen. Mir scheint jedoch, dass es auch einfachere, weniger anstrengende und weniger einsame Methoden gibt, gegen unsere Frustration, unseren «Burn-out» anzukämpfen. Eine Methode ist zum Beispiel der Besuch unserer Kongresse und der damit verbundene Austausch mit Kolleginnen und Kollegen aus dem ganzen Land. Es kann auch die aktive Mitarbeit in Strukturen ausserhalb unserer Praxen sein, welche unser Blickfeld erweitern, es muss ja nicht gleich die Organisation eines Kongresses sein.

Heute fühle ich mich weniger ausgebrannt, trotz der vielen Anstrengungen. Ich bin sicher, dass alle, welche in Zürich mit dabei waren, zwar müde, aber mit einem Quentchen mehr Erfahrung und neuen Ideen in ihre Praxen zurückkehren, ein bisschen zufriedener, glücklicher, zuversichtlicher.

Und seid versichert, liebe Kolleginnen und Kollegen, das wirkt Wunder gegen «Burn-out»!

*Hansueli Späth*  
Mitglied des SGAM-Vorstandes

Le Comité de la Société Suisse de Médecine Générale tient à remercier ici très chaleureusement le Comité d'organisation du 24<sup>e</sup> Congrès annuel de la SSMG, à Zürich, pour son remarquable travail; il a réussi à organiser un Congrès qui a renouvelé nos énergies et qui nous a mis dans la meilleure des situations pour aller de l'avant; nous lui disons ici toute notre reconnaissance.

Notre Collègue Hansueli Späth, par ailleurs membre du Comité d'organisation, a été élu au Comité de la SSMG lors de ce Congrès, et il fera partie du Bureau du Comité; nous sommes heureux de son élection, lui souhaitons une très cordiale bienvenue, ... et lui laissons la plume pour cet éditorial en forme de bilan.

*Jacques de Haller,*  
Président de la Société Suisse  
de Médecine Générale

## Un autre remède contre le «burn-out»

Le Congrès 2001 de la SSMG, à Zürich, est terminé. Pendant deux jours, plus de 600 Collègues y ont participé, arrivés de toute la Suisse. Par leur présence et leur collaboration active dans les ateliers, ils et elles ont permis que le Congrès annuel de Zürich puisse être considéré comme un succès.

Le quotidien reprend ses droits pour nous, membres du Comité d'organisation. La longue période de préparation est maintenant derrière nous: les séances interminables, la recherche des intervenant-es les meilleur-es, les doutes lancinants quant à l'accueil de notre programme, l'inquiétude de savoir si tout va jouer – tous les problèmes d'organisation qu'une manifestation de cette ampleur entraîne forcément.

Naturellement, nous n'avons pas pu ne nous consacrer qu'au Congrès, pendant cette période de préparation. Nous avons aussi devant nous l'importante votation zurichoise sur la dispensation des médicaments par les Médecins, dont les résultats vont être un signe et ouvrir un chemin pour toute la Suisse – votation que nous voulions absolument gagner, et que (les résultats viennent de tomber) nous avons effectivement gagnée!

Nous avons aussi été terrifié-es par les nouvelles de Washington et de New York, pendant les derniers jours de préparation; elles nous ont mis en face du fait que notre Congrès ne pouvait pas être le centre du monde, frappé-es que nous étions par la terreur et la violence, impuissant-es et inquiet-es en contemplant les perspectives de la politique mondiale. La conséquence directe pour le Congrès en a été l'obligation de remplacer ceux de nos conférenciers qui étaient à ce moment-là aux Etats-Unis et qui furent dans l'impossibilité de rentrer.

Et bien sûr, pendant ces semaines, nous étions aussi requis-es par nos patient-es, plus ou moins graves, nous avons nos obligations locales et nationales en politique professionnelle à assumer, et

nos familles étaient heureuses de nous voir de temps à autre.

La tension devint finalement palpable: tout allait-il bien se dérouler, chacun-e trouverait-t-il/elle son atelier, les repas étaient-ils organisés – d'innombrables problèmes petits et grands ne cessaient de surgir. Finalement, ce que nous voulions, comme avec nos patient-es, c'était satisfaire toutes ces participant-es qui arrivaient.

En contemplant cela maintenant, on peut dire que (presque) tout s'est bien passé. La plupart des ateliers ont été bien fréquentés, les échos positifs, l'ambiance bonne. Notre concept d'ateliers interactifs a un peu souffert du nombre inattendu de participant-es, mais on a malgré tout beaucoup discuté et bien appris. L'excellente ambiance à la fin du Congrès est un indice du succès de cette manière de formation continue entre Collègues.

A sa manière inimitable, le Prof. Oswald Oelz nous a proposé des recettes contre le «burn-out». Peu d'entre nous parviennent à grimper la paroi nord de l'Eiger à toute vitesse, et peu d'entre nous se tiendront jamais sur l'Everest. Il me semble pourtant qu'il existe des méthodes plus simples et moins exigeantes pour lutter contre nos frustrations, notre «burn-out». L'une de ces méthodes était par exemple de se rendre à notre Congrès et d'y échanger avec les Collègues de tout le pays. Ça peut aussi être de collaborer activement à des structures hors de nos cabinets, de manière à élargir notre horizon – ça ne doit pas forcément être l'organisation d'un Congrès!

Je me sens aujourd'hui moins épuisé, malgré les gros efforts fournis. Je suis certain que tous ceux et toutes celles qui ont été présents à Zürich ont retrouvé leur cabinet certes fatigué-es, mais avec une provision renouvelée d'expériences et d'idées nouvelles, un peu plus satisfait-es, un peu plus heureux/-ses, un peu plus optimistes.

Et soyez bien certain-es, chère-s Collègues, que cela agit merveilleusement bien contre le «burn-out»!

*Hansueli Späth,*  
Membre du Comité de la SSMG  
(trad. Jacques de Haller)