



**Dr. med. Holger  
Fritzsching**

Arzt, Forscher und Suchender. Sein hoher Anspruch an sich selbst schien unmöglich zu erfüllen. Durch systemisches Coaching lernte er, Prioritäten gemäß seiner inneren Werte zu setzen.

# „24 STUNDEN WAREN MIR NICHT GENUG.“

DER EIGENE ANSPRUCH, MÖGLICHEST JEDEM MENSCHEN ZU HELFEN UND PATIENTEN SELBST DANN WIEDER GESUND ZU KRIEGEN, WENN SIE VON DER STANDARDMEDIZIN LÄNGST AUFGEGEBEN WURDEN, KANN EIN SCHWERES PAKET SEIN. **DR. MED. HOLGER FRITZSCHING IST EIN RENOMMIERTER UND ÄUSSERST FORTSCHRITTLICHER MEDIZINER UND INNOVATIVER ENTWICKLER IM BEREICH DER ORTHOPÄDIE. TROTZ SEINER THERAPEUTISCHEN ERFOLGE - ODER VIELLEICHT GERADE DESWEGEN - HAT ER DIE UNTERSTÜTZUNG EINES BUSINESSCOACHES GESUCHT UND BEI JULIA HÜLSDÜNKER GEFUNDEN.**

**D**r. med. Holger Fritzsching ist noch einer dieser Ärzte, die ihren Beruf mit Passion und von ganzem Herzen leben. Dabei ist ihm die bestmögliche Therapie, die nach dem aktuellen Stand der Wissenschaft gerade möglich ist, gerade noch gut genug. Dr. Fritzsching ist ein absoluter Experte im Bereich der interventionellen Schmerz- und Arthrosetherapie und international gut vernetzt. Er ist einer der ersten, der neuste Entwicklungen und bahnbrechende Techniken in seinem Zentrum direkt umsetzt.

Hierbei setzt er auf Hightech in Verbindung mit biologischer und regenerativer Medizin. „Das ist die einzig zielführende Antwort auf die zunehmenden Verschleißerscheinungen des Körpers. Schmerzhaftes Arthrosen und Wirbelsäulenschmerzen sind weit verbreitet, aber auch Sehnenkrankungen und Nervenschäden nehmen zu. Das fordert uns Ärzte heraus“, so Dr. Fritzsching. Inzwischen hat der Experte ein fachübergreifendes Stoßwellenzent-



**Coaching ist Kommunikation** – Dr. Holger Fritzsching und Julia Hülsdünker, Expertin für systemisches Coaching haben sich in monatelanger Zusammenarbeit als effizientes Team erwiesen. Freiräume entstehen oftmals nicht durch das Ignorieren von Aufgaben, sondern durch die Veränderung des Gesamtsystems.

rum gegründet, in dem er sogar neurodegenerative Erkrankungen wie Alzheimer und Parkinson usw. behandelt. Diese (engl.) Shock-Wave Technologie wirkt unmittelbar auf die Zellen und löst eine Kaskade von biologischen Antworten mit extrem hohen Heilungspotential aus, auch im Gehirn.

Gerade kommt der Spezialist von einem internationalen Symposium im Ruhrgebiet zurück, demnächst geht es wieder ins Ausland. Immer am Ball bleiben, Kollegen und Entwickler treffen, diskutieren, woher soll sonst das Wissen kommen?

Er hätte allen Grund, zufrieden zu

sein. Doch Dr. Holger Fritzsching ist ein rastlos Suchender. Ein Getriebener. Und er weiß, dass das nicht gut ist. Wäre er selbst sein eigener Patient gewesen, wäre er wohl hart mit sich ins Gericht gegangen. Einen Schritt zurück gehen, runter vom Gas, Auszeiten nehmen, entschleunigen hätte er angeordnet – all das was man als verantwortungsvoller Arzt eben jemandem ins Gebetbuch schreibt, der sich selbst zuviel abverlangt. Wissen und Tun sind jedoch zwei Paar Schuhe.

Gerade, als sich Dr. Fritzsching in einer extrem arbeitsintensiven Phase seines beruflichen Schaffens befand, in einer Phase mit viel negativem Stress und vor scheinbar unlösbaren Aufgaben stehend, lernte er Julia Hülsdünker kennen. Sie ist Juristin, Trainerin im Bereich Selbstmanagement und IHK-zertifizierter systemisch-integrativer Coach. Die sich daraus ergebende Zusammenarbeit stellte sich als tatsächlicher Gamechanger heraus.

„Sich in entscheidenden Situationen im Geschäftsleben die Unterstützung durch einen externen Coach zu holen ist ein relativ junges Phänomen, seit ein paar Jahren jedoch macht dieses Beispiel mehr und mehr Schule“, erklärt Julia Hülsdünker auf unsere Nachfrage, worauf sie die steigende Nachfrage nach Coachingangeboten zurück führt, „Die Gründe sind vielschichtig. Ein wichtiger Punkt ist, dass es einer außenstehenden, aber gut ausgebildeten Person sehr oft viel leichter fällt, bremsende Strukturen und negative Muster zu erkennen, die aus der Innenperspektive manchmal unsichtbar sind, weil der Abstand fehlt. Oft geht es um die Zielfindung oder um die Priorisierung von Aufgaben“, führt die Expertin aus.

„In meinem Fall war es das Gefühl, dass mir die Zeit durch die Finger rinnt. 24 Stunden waren mir einfach nicht genug, um all das zu tun, was ich tun wollte. Ich liebe meine Patienten, ich bin leidenschaftlicher Arzt. Ich will mit meinen Patienten sprechen und mir die Zeit nehmen dürfen, die ich und die Patienten brauchen. Ich will wissen, was ihnen fehlt, ich will die ausführliche Anamnese, kein belangloses Geplauder an der Oberfläche eines Krankheitsbildes. Das ist mir wichtig. Aber ich bin auch Forscher, möchte meine Medizin weiter entwickeln. Der Gedanke, dass mein ärztliches Handeln am Patienten nur die zweitbeste mögliche Therapie ist, ist mir unerträglich. Ich möchte mich auf dem neuesten Stand der Wissenschaft halten, lesen und mehr dazu lernen. Ich will Fachkongresse besuchen, mich mit den besten Spezialisten der Welt vernetzen und mich mit ihnen austauschen. Und natürlich muss ich neben all dem auch Unternehmer sein, muss meine Praxis wirtschaftlich auf Kurs halten, Miete und Steuern bezahlen und meine



**Businesscoaching mit Feingefühl** – Julia Hülsdünker ist Coach aus Leidenschaft. Durch ihre frühere Tätigkeit als Juristin ist sie gewohnt, analytisch zu denken und komplexe Systeme in ihrer Gesamtheit zu erfassen. Ihr Antrieb als Coach ist, mehr Freude in den Berufsalltag zu bringen und Menschen zu helfen, nachhaltig erfolgreich zu sein.

Mitarbeiter motivieren. Ich war in eine Sackgasse aus Pflichten und Antrieben, aus Wollen und Müssen geraten,“ schildert der Arzt sein Dilemma.

Die Lösung im Coaching klingt banal, ist aber in der Praxis ein komplexer Prozess, der Zeit erfordert. Es geht um Strukturierung und Priorisierung. „Als systemischer Coach lernt man, die Klienten als Teil eines Gesamtsystems zu sehen. Viele Menschen empfinden die Strukturen, unter denen

sie augenscheinlich leiden, als von außen aufgesetzte Zwänge, denen sie nicht entinnen können. Das ist im Moment oft korrekt. Aber wenn man den Umgang mit einzelnen Teilen des Systems verändert, dann verändert man automatisch das System im Ganzen.“

Durch die Analyse des Systems erkennt man Zusammenhänge, die aus der Innenperspektive oft unmöglich zu sehen sind. Natürlich geht es auch darum, eigene Ziele und Antriebe zu ergründen

und zu hinterfragen. Die Coaching-Expertin unterscheidet hier zwischen „Kopf-“ und „Bauchzielen“. Es sei falsch, so führt sie aus, gegen die eigenen, inneren Werte zu handeln. Jeder Mensch verfügt über ein eigenes, persönliches Wertesystem. Dieses wird oftmals durch übernommene Werte überlagert, die durch die Gesellschaft, die Erziehung, oder durch die gefühlte Erwartung anderer entstanden sind. Das klassische Beispiel ist der Konflikt zwischen wirtschaftlichem Erfolg und innerer Erfüllung. Es gibt zahlreiche Beispiele von Menschen, die erheblichen finanziellen Reichtum angehäuft haben, dennoch unter Depressionen, Burnout und innerer Unzufriedenheit leiden. Die Ursache ist regelmäßig, dass diese Menschen ihre innere Stimme, ihre inneren Werte zugunsten materieller Scheinziele zum Schweigen gebracht haben. Der Preis dafür ist in der Regel zu hoch. Daher rät Julia Hülsdünker dazu, seiner inneren Wahrheit zu folgen. Wie man diese erkennt, fragen wir zum Abschluss des Interviews. „Man muss sich bewusst Zeit für sich selbst nehmen – ein guter Einstieg in das Thema, um erste Impulse zu bekommen, ist auch ein Training wie „Zeit für gute Entscheidungen: Der Weg zu Freude und Sinn im Job“, das ich regelmäßig anbiete. (www.julia-huelsduenker.de, Anm.d.Red.) Und grundsätzlich gilt: Wenn Ihr Herz vor Freude hüpfet, sind Sie wahrscheinlich ziemlich richtig!“

#### Information von:

Dr. med. Holger Fritzsche  
Facharzt für Orthopädie und  
Unfallchirurgie, Rheumatologie

Fachübergreifendes Stoßwellenzentrum  
im Wirbelsäulen- und  
Gelenkzentrum Passau

Privatpraxis  
Dr.-Emil-Brichta-Str. 7 | 94032 Passau  
Tel +49 851 988262-0

E-Mail hf@wgz-passau.com