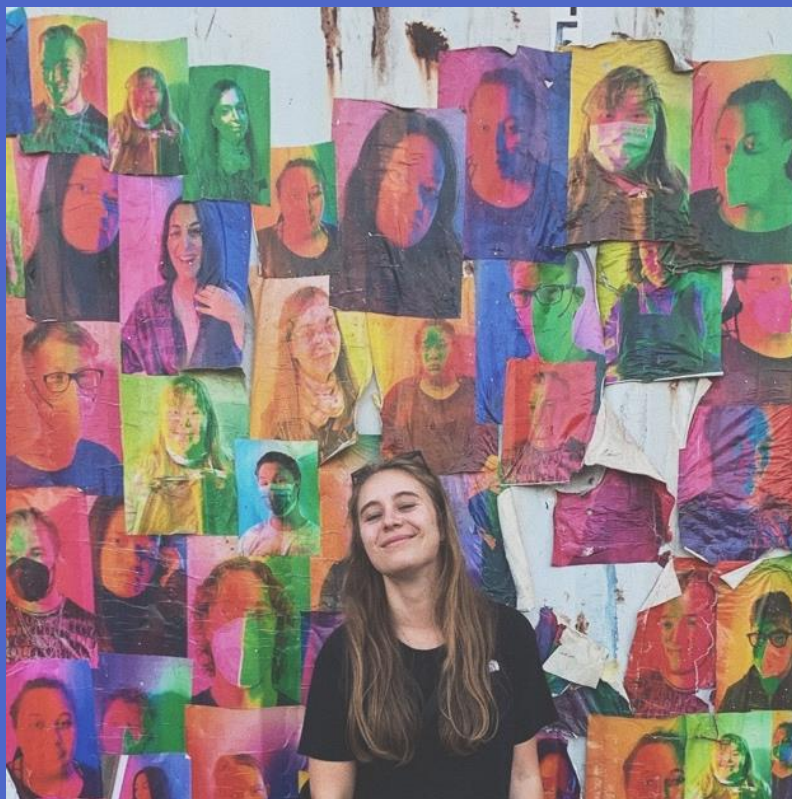


# JULIA SCHNEIDER

Stipendiaten-Bericht



HARTMANNBUND-STIPENDIUM DER  
FRIEDRICH-THIEDING-STIFTUNG 2024

---

# ÜBER MICH

Mein Name ist Julia Schneider und ich studiere Humanmedizin an der Technischen Universität im schönen München. Mittlerweile befinde ich mich im Praktischen Jahr und darf auf eine sehr lehrreiche und tolle Studienzeit zurückblicken. Dies ist nicht zuletzt den vielen Arbeitskreisen und Projekten zu verdanken, an denen ich im Laufe meiner Studienzeit mitwirken durfte. Im Jahr 2024 wurde ich gemeinsam mit Jonathan Schmalzridt durch das Hartmannbund-Stipendium der Friedrich-Thieding-Stiftung gefördert. Aus diesem Grund darf ich im Folgenden von zwei der Projekte berichten, an denen ich während meiner Studienzeit aktiv mitgewirkt habe. Neben diesen Projekten waren und sind mir insbesondere auch die Fachschaftsarbeit und das Engagement auf Bundesebene, wie beispielsweise der Aktionstag für das faire PJ der *bvmd*, ein großes Anliegen.

Besonders freuen würde ich mich, wenn mein Bericht dazu beiträgt, die ein oder andere Medizinstudentin oder den ein oder anderen Medizinstudenten zu motivieren, sich über das Studium hinaus ehrenamtlich zu engagieren oder sogar eigene Projekte und Arbeitskreise ins Leben zu rufen. Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass dies neben dem zeitintensiven Studium oft eine große Herausforderung darstellt. Gleichzeitig durfte ich jedoch erfahren, wie viel einem dieses Engagement zurückgibt und wie wertvoll es ist, wenn unterschiedliche Personen ihre Talente und Interessen einbringen, um gemeinsam kleinere und größere Projekte zu realisieren.

# ARBEITSKREIS MIND YOUR HEALTH!

Während des klinischen Studienabschnitts lag mir insbesondere die Mitarbeit im Arbeitskreis *MIND your Health!* am Herzen. Dieser setzt sich aus Vertreter:innen der medizinischen Fakultät, der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie sowie Studierenden der TU München zusammen. Ziel



unseres Arbeitskreises ist es, durch verschiedene Veranstaltungen und Workshops mehr Aufmerksamkeit für psychische Gesundheit und Belastungen im Medizinstudium sowie in der ärztlichen Tätigkeit zu schaffen und zur Enttabuisierung beizutragen. Im Rahmen meines Engagements war ich an der Entwicklung und Durchführung diverser Projekte und Veranstaltungen beteiligt.

Von diesen möchte ich besonders die fakultative Lehrveranstaltung *Psychological First Aid* hervorheben, die ich gemeinsam mit Kommiliton:innen entwickeln und an unserer Universität etablieren durfte. In diesem Kurs vermitteln wir Studierenden – analog zu einem Erste-Hilfe-Kurs – , wie nach krisenhaften Ereignissen Erste Hilfe für die psychische Gesundheit geleistet werden kann. Für die theoretischen Inhalte orientieren wir uns dabei an dem entsprechenden Schema der World Health Organization, doch auch der praktische Anteil kommt nicht zu kurz. Hierfür arbeiten wir mit Schauspieler:innen zusammen, dank derer die Studierenden die Möglichkeit haben, in einem geschützten Umfeld das Leisten psychologischer Erster Hilfe in verschiedenen Szenarien zu üben.



Inzwischen bieten wir diesen Kurs bereits seit über sechs Semestern als fakultative Lehrveranstaltung für alle Studierenden des klinischen Abschnitts der TU München an. Jedes Semester freuen wir uns dabei über die Unterstützung der Schauspieler:innen, die Supervision durch Vertreter:innen der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie und vor allem darüber, dass der Kurs jedes Mal innerhalb kürzester Zeit ausgebucht ist.

# M E D M E M E N T O R I N G

Ein weiteres studentisches Projekt, bei dem ich mich regelmäßig engagiert habe – nicht zuletzt, weil ich selbst zu Beginn meiner klinischen Studienzeit davon profitieren durfte – war das Mentoring-Projekt *MED ME*. Dabei begleiten ein ärztlicher Mentor oder eine Mentorin sowie ein studentischer Peer eine Gruppe von Studierenden im ersten klinischen Semester. In gemeinsamen Treffen stehen sie den Teilnehmenden mit Rat und Tat bei organisatorischen sowie persönlichen Fragen zur Seite. Neben den Einblicken in die Fachrichtung der jeweiligen Ärztin oder des jeweiligen Arztes, bietet dieses Projekt eine hervorragende Möglichkeit sich über Themen wie die Promotion, Auslandsaufenthalte oder die Karriereplanung auszutauschen. Häufig bleibt der Kontakt mit den Mentees auch weit über das Projekt hinaus bestehen.

Insbesondere die finanzielle Unterstützung der Friedrich-Thieding-Stiftung in Form des Hartmannbund-Stipendiums hat es mir ermöglicht, mich neben dem Studium auf meine Promotion sowie auf mein ehrenamtliches Engagement zu fokussieren.

Dafür möchte ich mich an dieser Stelle noch einmal herzlich bedanken.

München, den 14.01.2024

Julia Schneider