

„Humor und Freundlichkeit in der Palliativ-Arbeit“

Vortrag am 19.08.2018 vor Mitgliedern des Fördervereins „Pallme“

Autor: Theo Wiemker

Sehr geehrte Damen und Herren,

Vielleicht vermuten Sie es nicht: wir lachen viel und oft bei der Arbeit.

Manchmal kann man den Eindruck haben, unsere Arbeit sei
vergnügungssteuerpflichtig.

Es ist für uns wichtig, den Humor zu haben als Ventil und als Basis für einen
scheinbar leichten Umgang mit allem Schweren, was die tägliche Arbeit mit sich
bringt.

Es ist wichtig zur Schaffung einer Atmosphäre, in der die Schwere aufgehoben
ist in eine zumindest zeitweise „Leichtigkeit des Seins“.

Ich sehe den Humor als Zwillingsschwester der Freundlichkeit.

„Hier sind alle so freundlich und nett“. Viele Patienten machen uns dieses
Kompliment. Für mich ist es von großem Wert. Es tut gut und gibt Kraft.

Das Team

Wir sind ein Team aus verschiedenen Professionen. Wir arbeiten „Hand in
Hand“ und sozusagen „Herz an Herz“. Freundliche und humorvolle Zuwendung
ist unser aller Anliegen. Immer darum bemüht, diese Leichtigkeit in der
Schwere zu erreichen.

Als wir vor gut 10 Jahren die Palliativ-Station gestartet haben mit eigenem und
eigenständigem Team, konnten wir ein Pflegeteam zusammenstellen, das
unseren Ansprüchen gerecht werden konnte.

Wir haben im Bewerbungsverfahren neben der fachlichen Qualifikation, der
Teamfähigkeit und der persönlichen Reife auch die Humorfähigkeit zum
Maßstab gemacht.

Menschen, die zum Lachen in den Keller gehen, können hier nicht arbeiten.

Die Patienten

Wir arbeiten auf der Palliativ-Station mit und für Menschen, die sich in einer extremen Grenzsituation befinden. Sie sind in der Regel sterbenskrank, im eigentlichen Wortsinn. Sie müssen sich mit dem Gedanken des baldigen Abschieds aus diesem Leben auseinandersetzen.

Das ist schwer und zehrt enorm viel Energie.

Es ist die anspruchsvollste Aufgabe und schwerste Arbeit, die der Mensch im Leben zu bewältigen hat. Sie ist verbunden mit Angst, Trauer, Wut, Verbitterung und Resignation. Allesamt energiefressende Gefühle. Wohl deshalb bezeichnet Sigmund Freud den Humor als „Instrument zur Einsparung von psychischer Energie“.

Kaum jemand geht gelöst und frohen Mutes die letzten Meter des Lebens. Obwohl es das durchaus auch gibt.

Als die Ärztin der alten Dame (über 90J.) sagt, dass es bald zu Ende gehen könnte, meinte diese ganz gelassen: „Es ist gut, ich bin ja gut vorbereitet.“ Ich war sehr beeindruckt. Wenige Tage später ist sie ruhig eingeschlafen.

Die meisten Patienten reagieren jedoch eher wie dieser Patient, als der Arzt zu ihm sagt:

„Ich fürchte, Ihre Zeit ist sehr bald zu Ende, möchten Sie noch jemanden sprechen?“ Da sagt er: „Ja, einen anderen Arzt“.

Oder wie es in der Anekdote über den 100jährigen Entertainer Johannes Heesters heißt: Eines Abends klingelt es an der Haustür. Heesters öffnet die Tür. Davor steht der Tod. Heesters ruft über die Schulter seiner 40 Jahre jüngeren Frau zu: „Simone, es ist für Dich.“

Sterben will in der Regel niemand. Und doch muss und wird es so sein: irgendwann ist das letzte Brot gegessen. Für den einen früher, für den anderen später. Für den einen nach einem erfüllten Leben, für den anderen nach langem Leidensweg, manchmal viel zu früh. Immer aber ungebeten.

Mit Menschen in einer solchen Situation haben wir es täglich in unterschiedlicher Intensität zu tun.

Man könnte depressiv werden. Werden wir in der Regel aber nicht.

Nach gut 10 Jahren hat bisher nur ein Teammitglied gesagt, dass es ihm zu viel wird.

Alle anderen sind immer noch frohen Mutes dabei.

Für mich ein Zeichen, dass es uns gelingt, das nötige Gleichgewicht zu halten zwischen Mitgefühl und Abgrenzung.

Wir können nicht mit jedem mitsterben. Aber wir können ihn begleiten und trösten und ihm immer mal wieder „Kurzferien von der Betroffenheit“ verschaffen durch unseren humorvollen und freundlichen Umgang.

Unsere besondere Aufgabe besteht darin, für Entspannung zu sorgen, die Sprachlosigkeit zu durchbrechen und Abstand zu ermöglichen zur Bedrücktheit.

Humor und Freundlichkeit

Humor ist eine natürliche Gabe des Menschen. Der Mensch ist eines der wenigen Geschöpfe, denen das Lachen gegeben ist. Manchmal ist das Schicksal zu grausam, so dass dem Menschen das Lachen vergangen ist. Das ist sehr traurig. Ein Mensch, der nicht (mehr) lachen kann ist wie ein Fisch, der nicht schwimmen kann.

Ich habe erfahren, dass jeder Patient wenigstens noch zu einem Lächeln fähig ist. Manche Patienten sind in ihrem Leid so sehr gefangen, dass es schon etwas Zeit braucht, bis ihnen ein Lächeln gelingt. Ich habe schon manchmal Patienten gefragt: „Sagen Sie mal, können Sie eigentlich gar nicht lachen?“ Nie bin ich bisher enttäuscht worden: Erst ein künstliches Gesicht-verziehen, dann aber darüber ein echtes Lächeln. Das ist einfach schön.

Man kann den Humor und die Freundlichkeit bewusst einsetzen. Als Teil der Arbeit. Es tut einem selbst und den Patienten gut.

Auch wenn man eigentlich nicht aufgelegt ist, kann man (bevor man anklopft und die Tür öffnet) sich bewusst machen: ich habe jetzt die Aufgabe, dem Patienten freundlich und humorvoll zu begegnen. Das gehört zu meinem Beruf. Ich bin nicht Holzfäller und kann nicht die Axt missmutig und grimmig in den Baum schlagen.

Jeder hat sicher seinen eigenen Humor und seine eigene Ausstrahlung. Das ja, aber jeder, der hier arbeitet, hat die Pflicht, sich um ein Mindestmaß an freundlicher Zuwendung zu bemühen. Geht das nicht, ist seine Zeit als Mitarbeiter begrenzt und er geht besser in die Holzverarbeitung.

Humor

Humor ist lebenswichtig.

„Der Herrgott hat dem Menschen den Humor gegeben, um das Elend des Lebens überhaupt ertragen zu können.“ Etwas düster Friedrich Nietzsche. Auf jeden Fall ist der Humor hilfreich bei der Bewältigung von Krisen und er erhöht immer den Lebensgenuss. Er ist die Sahne auf dem Kuchen des Lebens oder die Wurst auf dem Schwarzbrot.

Humor schafft Lebensenergie.

Der humorfähige Mensch ist in der Regel ein gelassener Mensch, nimmt sich nicht übermäßig wichtig. Sagt sich wie Papst Johannes XXIII morgens vor dem Spiegel: „Giovanni, nimm Dich heute nicht so wichtig“.

Er ermöglicht, sich ein wenig von sich selbst und seinen Problemen zu distanzieren und man erhält die Freiheit, sich zu entscheiden, ob man in Selbstmitleid versinken oder sich dem Schicksal stellen will um es zumindest noch ein wenig mitzugestalten.

Humor hält Verbindung zum Leben.

Wem die Fähigkeit zum Humor gegeben ist, der ist besser in der Lage, sich den Erfordernissen des Schicksals anzupassen. „Wie geht es Ihnen?“ fragt die Schwester. „Oh, Danke. Ich kann klagen“. So die humorige Antwort des schmerzgeplagten Patienten. Er ist nicht versunken in Verdrießlichkeit und Jammer. Er ist Herr seiner Situation. Er hat Verbindung zum Leben und Erleben. Für ihn ist offenbar klar: Es ist nicht hilfreich, den Kopf hängen zu lassen, wenn einem das Wasser bis zum Hals steht.

Humor strahlt aus.

Humorvolle und lachende Menschen strahlen etwas Wertvolles aus: Kraft, Kompetenz und Sicherheit. Das gilt für Mitarbeiter und Patienten gleichermaßen. Es tut uns allen gut, diese Werte im Gegenüber zu erleben. Es strahlt aus und findet Widerhall. Und man schaukelt sich sozusagen gegenseitig in eine wohltuende Gemütslage.

Es gilt immer die Devise: auch wenn Du keine Ahnung hast: Ruhe bewahren und Sicherheit ausstrahlen. Und dann gehen und jemanden holen, der Ahnung hat. Das hilft dem Patienten und einem selbst. Alles andere verschlimmert die

Situation. Und Verschlimmerung ist etwas, was die Patienten nun gerade nicht gebrauchen können.

Einige Beispiele aus dem Alltag

Ich helfe der alten Dame morgens beim Anziehen. „Können Sie das überhaupt?“ „Naja, ausziehen kann ich natürlich besser, wenn Sie wissen, was ich meine.“ „Ja, das weiß ich schon noch.“ Versonnen lächelnd: „Lange ist's her.“

Wir hatten mal einen englischen Patienten mit ebensolchem Humor. Er hatte immer mit starker Übelkeit zu tun. Ich stehe neben ihm am Waschbecken und frage: „Was macht die Übelkeit?“ Er dreht sich zu mir, nimmt meine Kitteltasche und tut so, als breche er hinein. Alles klar.

Ich knie vor einem 86jährigen Herrn, um ihm die Schuhe zu binden. „Du bist doch noch besser dran als ich.“ „Wieso?“ „Wir sind doch etwa ein Alter, nicht.“ Na, klar.

Eine schwer kranke bettlägerige Patientin wird in Begleitung ihrer Lebensgefährtin, die sie schon längere Zeit zuhause pflegt, bei uns aufgenommen. Die beiden sind etwas derb im Ausdruck und burschikos und etwas hemmungslos im Umgang. Sie wissen nicht genau, was Palliativ-Station bedeutet. Ich komme zum Aufnahmegespräch ins Zimmer und frage, ob sie bereit sind, mir ein paar Fragen zu beantworten. Die Begleiterin: „Bevor wir anfangen, junger Mann. Was ist das hier für eine Station. Ist meine Frau hier um zu sterben? Dann nehme ich sie postwendend wieder mit nach Hause. Seien Sie ehrlich.“ Ich habe ihr geantwortet: „Bei uns kann man sterben, muss man aber nicht.“ Sie lacht und sagt zu ihrer Frau: „Ich glaub, Ursel, hier sind wir richtig.“ Als ich ihr noch sage, dass sie hier auch über Nacht bleiben kann, will sie mich vor Begeisterung direkt küssen. „Das lassen sie man, dass macht schon eine andere.“

Ein älterer Herr erzählt, dass er morgens so schlecht in die Gänge kommt. Ich erzähle ihm daraufhin die Anekdote von Churchill. Als dieser schon lange nicht mehr Premierminister ist, wird er mal gefragt, wie er seinen Tag beginnt. „Ach, wissen Sie. Ich schlafe lange. Irgendwann lasse ich mir die Zeitung bringen, schaue mir die Todesanzeigen durch und wenn ich nicht drin stehe, lasse ich mir den Tee bringen und stehe so langsam mal auf.“

Eine Patientin war im Pfarrhaus als Haushälterin ihres Bruders tätig gewesen. Kannte die manchmal etwas salbungsvolle Sprache der Pastoren. Als ihre Geschwister allzu lange am Bett saßen, sagte sie: „Liebe Brüder und Schwestern, geht endlich nach Hause.“

Vielen Dank für Ihre geschätzte Aufmerksamkeit.