

## DA GIBT ES NICHTS ZU LACHEN

### Humor in der palliativen Pflege von Adelheid von Herz

Herr A. ist unheilbar an Krebs erkrankt.

Die Metastasen in der Wirbelsäule haben seinen Unterleib gelähmt. Das Gesäß ist mit tiefen Druckgeschwüren verwundet. Bei jeder Lageänderung hat Herr A. starke Schmerzen. Metastasen in der Lunge beeinträchtigen die Atmung erheblich. Herr A. erlebt seine Situation bei vollem und klarem Bewußtsein. Als ich Herrn A. neulich zu Beginn meiner Schicht begrüßte und mich nach seinem Befinden erkundigte, antwortete er mir: „Danke, ich kann klagen.“ Wir mußten beide lachen.

Er hatte ja so recht.

Ich bin Krankenschwester im Evangelischen Hospital für palliative Medizin in Frankfurt am Main. Im Evangelischen Hospital werden Aids- und Krebspatienten im fortgeschrittenen Stadium der Erkrankung medizinisch, pflegerisch, psychosozial und seelsorgend betreut. Herr A. ist einer meiner Patienten. Wie alle Patienten im Hospital leidet Herr A. an zahlreichen durch die Krebserkrankung verursachten Beschwerden. Er hat Gründe genug, über sein Leid zu klagen. Herr A. kann tatsächlich gut klagen. Er stellt mir sein jeweiliges Leid deutlich dar, so dass ich konkrete Anhaltspunkte habe, um unangemessene Maßnahmen zur Linderung seiner Beschwerden zu ergreifen. Nicht jedes Leid läßt sich lindern. Die Klage über das Leiden, scheint mir, bringt aber häufig genug auch schon eine Erleichterung.

Die Verkehrung der geläufigen, oft gedankenlos daher gesagten Antwortfloskeln „Danke, ich kann nicht klagen“ durch Herrn A. in eine formal positive Aussage, verursachte bei mir Verblüffung. Die Aussage „Danke, ich kann klagen“ signalisiert ein Bewußtsein für sein Leiden, sowie die Kompetenz, sich mit seinem Leiden offensiv auseinanderzusetzen, sich mitzuteilen und dadurch Unterstützung zu holen. „Danke, ich kann klagen ist in diesem Zusammenhang auch inhaltlich eine positive Aussage. Das Wortspiel ist ein kreativer Akt, der Inhalt signalisiert eine konstruktive Haltung. Trotz allem Leid. Herrn A's Antwort reizte mich zum Lachen. Herr A. hat Humor.

Sowohl Lachen als auch Klagen führen zu einer Entspannung und bieten damit eine Erleichterung im Leiden an, auch wenn die Ursache des Leidens nicht behoben werden kann. Manchmal kann sich ein Klagen in ein Lachen entwickeln: Frau B. hatte keinen Grund zum Lachen, fortschreitende Knochenmetastasen bereiteten ihr, trotz wiederholt angepaßter Schmerztherapie, immer wieder an neuen Stellen ihres Körpers Schmerzen. Durch die starken Schmerzmittel bekam sie eine sehr hartnäckige Verstopfung. Mehrere Knochenbrüche beeinträchtigten in der ihr sehr wichtigen Selbständigkeit. Frau B. beklagte ihren Zustand, vor allem den immer wieder erneut drohenden Verlust ihrer Selbständigkeit aus vollem Herzen. Ihr Gesicht war zerfurcht von Klagefalten. Nach ausgiebiger Beschreibung ihres bedauernswerten Zustandes verblüffte sie mich bisweilen durch eine Umsortierung

ihrer Gesichtsfalten in ein Lächeln und sie kam zu einer Bemerkung wie „Ist es nicht zum Lachen?“, „Ist es nicht absurd?“

Frau B. hat Humor.

## **Wie hältst du das bloß aus?**

„Wie hältst du das bloß aus?“ fragen mich immer wieder Freunde und Bekannte. In der Tat, als Krankenschwester in der palliativen Pflege tätig, bin ich hohen Anforderungen ausgesetzt. Ich habe mit schwer leidenden Patienten und deren Angehörigen, belastenden Krankheitsbildern, oft schwierigen Arbeitsbedingungen, belasteten KollegInnen und nicht zuletzt mit meinen eigenen Grenzen und Unzulänglichkeiten zu tun. Auch ich habe Grund genug, um zu klagen.

Einen umfangreichen Teilbereich der palliativen Betreuung nimmt das medizinische und pflegerische Management menschlicher Ausscheidungen ein. Diesem Bereich sind in seiner sinnlichen Drastik und Unausweichlichkeit von allen im Hospital tätigen Berufsgruppen hauptsächlich die Pflegekräfte ausgesetzt. Durch kompetent und sensibel ausgeführtes Handwerk sichern wir die Menschenwürde und Lebensqualität der Patienten. Trotz aller in diesem Bereich erworbenen Fachkenntnis ekeln mich nach wie vor eine Reihe von krankheitsbedingten Gerüchen und Ausscheidungen der von mir betreuten Patienten an. Zum Beispiel können zerfallende Krebsgeschwüre dem widerwärtigsten Gestand entwickeln. Darüber kann ich gut klagen. Seit Jahrzehnten im Pflegeberuf tätig, muß ich zugeben, dass das durch üblen Geruch verursachte Ekelgefühl nicht nachläßt.

In unserem Pflorgeteam wenden wir verschiedene Methoden der Geruchsreduzierung an und erproben neue. Mancher Versuch geht daneben: ein wohlriechende Aromaöl kann mit einem Wundgeruch zusammen eine ganz üble neue Geruchsmischung bilden; die erfolgreich geruchsbindende Weihrauchwolke löste als Nebenwirkung bedauerlicherweise Feueralarm aus und die Feuerwehr stand vor der Tür. Unsere Methoden können unzulänglich sein, unsere Versuche scheitern. Wenn alles nichts hilft, gönne ich mir im Kreise meiner KollegInnen die herzhaft Klage über das jeweils aktuelle ekelregende Ereignis und Substrat, solange, bis es uns zum Lachen reizt. So ist schon manche Last nicht leichter, aber durch Mit - Teilung tragbar geworden. Wer lacht, hat sich mit der Wirklichkeit konfrontiert und auseinandergesetzt. Wenn ich mich mit der Wirklichkeit meiner Gefühle nicht konfrontieren möchte, kann ich von meiner Phantasie überwältigt werden: von idealistischen Vorstellungen meines Berufes, irrationalen Erwartungen und überzogenen moralischen Ansprüchen an mich und meine Umgebung.

Es gibt Zustände, die ich ändern kann und es gibt Zustände, die ich nicht oder vorerst nicht ändern kann. Ich kann aber meine Einstellung, meine Haltung zu den Zuständen verändern. Eine Haltungsänderung besteht schon darin, mir diese Zustände genau anzusehen und sie zu beschreiben. Die Voraussetzung für Humor ist der Mut zur Wirklichkeit. Die Wirklichkeit ist in dem Arbeitsbereich der palliativen Pflege

sowohl für den Patienten, als auch für die Pflegekraft oft einen unangenehme und schmerzhaft Erfahrung: Trauer, Scham, Ekel, Angst, Verhaltensunsicherheit, Hilflosigkeit, Humor gibt mir die Möglichkeit, diese Erfahrung zu akzeptieren und zu ertragen und die Freiheit, neue Gedanken und Verhaltensweisen auszuprobieren.

## **Humor als Gegenmittel zur Angst**

Ich kann nicht nur klagen über die Belastung durch physische Ausscheidungen; ähnlich belastend, aber nicht so gut greifbar, sind „psychische Ausscheidungen“ meiner Patienten wie Angst, Wut, Depression. In der palliativen Pflege erleben wir häufig sehr angstbesetzte Situationen: Zum Beispiel leidet ein Patient unter akuter Atemnot und hat Angst. Angst verursacht Anspannung und flache Atmung, dadurch verschlimmert sich das Gefühl von Luftnot. Atemmuster und Spannung können sich durch den berufsbedingt intensiven Körperkontakt von Patient zur Pflegekraft übertragen. Die Angst des Patienten ergreift den Körper der Pflegekraft. Flache Atmung, schneller Puls, hektische Bewegungen sind das körperliche Ergebnis, das wieder zurückwirkt auf den Patienten und seine Beunruhigung verstärkt. Die Kumulation der Anspannung wird für alle Beteiligten sehr erschöpfend. Dieser Zusammenhang kann aber ebenso in der körperlichen Gegensteuerung therapeutisch genutzt werden. Es hat keinen Sinn, den Patienten aufzufordern „entspannen sie sich“, wenn man selber angespannt ist, oder ihm zu sagen „haben sie keine Angst“, wenn man Aggression ausstrahlt. Ist die Pflegekraft entspannt, erübrigt es sich, verbal zur Entspannung aufzufordern, der Patient kann körperlich von der Entspannung „angesteckt“ werden. Angst steckt an, Humor auch.

In Notfallsituationen setze ich humorvolle Äußerungen gezielt ein, um selber entspannt zu bleiben. Vorzugsweise mach ich mich über eigene Ungeschicklichkeiten lustig, da muss ich nicht lange nach einem Anlass suchen. Es geht mir, in diesem Fall nicht darum, den Patienten zum Lachen zu bringen, sondern selber entspannt zu werden und dass sich meine entspannte Haltung auf ihn überträgt. In diesem Zusammenhang bewährt sich auch eine gut gepflegte humorvolle Atmosphäre innerhalb des Teams, auf die man – nicht nur – im Notfall zurückgreifen kann.

Frau C. lag im Sterben. Sie war sehr verschwitzt. Gemeinsam mit meinem Kollegen wuschen wir die Patientin und zogen ihr ein frisches Nachthemd an. Als wir die feuchte Bettwäsche wechselten und ich sie gerade auf eine Seite legen wollte, hörte Frau C. auf zu atmen. Ich hielt sie im Arm und spürte, wie ihr Herz raste. Frau C. starb jetzt und hatte vermutlich Angst. Sie war nicht mehr bei Bewusstsein. Für lindernde Medikamente war es zu spät. Das Herzrasen der Frau schien sich auf mich zu übertragen. Ich spürte Angst in mir. Panik. Mein Kollege bewegte sich hektisch. Räumte das Zimmer auf. Totengerecht. Frau C. lebte aber noch. Panik schien sich im Raum auszudehnen. Ich fühlte mich sehr unsicher. Für welches Verhalten sollte ich mich entscheiden? Ich beschloss, bei der sterbenden Frau zu bleiben und der Panik etwas entgegenzusetzen: Ich nahm das groteske Verhalten des Kollegen zum Anlass,

um mit Frau C. im Arm über Männer herzuziehen „die spinnen, die Männer.....“ Ich wusste, dass Frau C. sich von Ehemann und Söhnen verlassen fühlte und konnte darauf bauen, dass mein Kollege viel Humor hat und hoffte, dass er mir meine Tiraden noch an Ort und Stelle verzeihen würde. Meine Klage über Männer im Allgemeinen und meinen Kollegen im Besonderen entspannte mich deutlich. Mein Kollege schien verblüfft über die in der vorhandenen Situation nicht erwarteten Inhalte meiner Ansprache, unterbrach seine hektische Betriebsamkeit und kommentierte meine Rede. Wir mussten über uns lachen. In der Korrespondenz des Grotesken entwickelte sich eine Art kurioser Harmonie zwischen uns drei Anwesenden. Ich behielt Frau C. noch eine Weile im Arm, nachdem ihr Herz aufgehört hatte zu schlagen. Allmählich breitete sich Ruhe aus im Raum.

Was zwischen meinem Kollegen und mir funktionierte, war abhängig von unserer Beziehung. Wir kannten uns, wir wussten, was wir uns zumuten konnten, wir hatten schon oft gegenseitig über uns gelacht. Wir hatten eine humorvolle Beziehung, in der wir eine gemeinsame Verarbeitung dieser belastenden Situation entwickeln konnten. Die Humorresonanz zwischen uns funktionierte. Kennt man sich nicht gut genug, können humorvoll gemeinte Äußerungen aber auch „daneben gehen“ und zu verstärkter Anspannung führen. Da bedarf es dann einer ernsthaften Abklärung. So wie Angst das Denken lähmen kann, kann Humor kreatives Denken im Team auslösen. Humorvolle Kollegen haben eine stabilisierende Wirkung auf das Team, sie mobilisieren und verbessern physische, psychische und mentale Ressourcen.

## **Humor als Grundhaltung**

Vor der partnerschaftlichen Entfaltung des Humors in belastenden Situationen kommt jedoch die individuelle Auseinandersetzung mit unangenehmen Erfahrungen. Der Pflegeberuf bietet hier ein unerschöpfliches Reservoir an. Eine alltäglich von mir erlebte unangenehme Erfahrung ist die gescheiterte, misslungene Handlung. Die eigene Unzulänglichkeit, und die steht mir jederzeit zur Verfügung, ist gleichermaßen Quelle der Frustration und der Komik. Hier kann ich damit beginnen, eine humorvolle, das heißt mir meine Unzulänglichkeit verzeihende Haltung zu entwickeln. Ich erlaube mir, dass ein Pflegeplan misslingt, ich erlaube mir, dass ein Mobilisierungsversuch scheitert. Humor ist in diesem Zusammenhang nicht zwingend ein witziger oder komischer Akt, sondern eine alltägliche Grundhaltung. Ich bleibe handlungsfähig, da ich trotz wiederholt erfahrenen Misslingens nicht resigniere. Durch die humorvolle Haltung meiner eigenen Unzulänglichkeit gegenüber gewinne ich einen neuen Ausgangspunkt zur Betrachtung der Unzulänglichkeiten meiner Umgebung. Ich gewinne die Chance zu lachen.

Der Alltag des Pflegeberufs ist bisweilen grotesk. Immer wieder bin ich konfrontiert mit der scheinbaren Vergeblichkeit allen Bemühens: Herr D. ist sehr schwach und braucht viel Hilfe bei der Körperpflege. Ich habe ihn aufwendig gepflegt und das Bett frisch bezogen, abschließend erbricht er sich über Körper und Bett. „Ich bin eben wie

Ebbe und Flut“ meinte Herr D., nachdem er seinen Mund gespült hatte. Er ist erleichtert. Ich muss lachen, wasche ihn wieder und erneuere die Bettwäsche nochmals. Mit fehlt dadurch jedoch die Zeit für eine nächste geplante Pflegehandlung. Ich muss sie unerledigt meinen Kolleginnen der nächsten Schicht überlassen.

Bei der einfachen Beschreibung der alltäglichen Arbeitsrealität im Rahmen der Pflegeübergaben finden meine KollegInnen und ich täglich viele Anlässe zum Lachen. Voraussetzung dafür ist jedoch ein Team, das bereit ist, sich die Wirklichkeit der Arbeit anzusehen und die Übergabe nicht als „Leistungsschau“ pflegt, sondern als Forum der Problembearbeitung akzeptiert. Der Pflegealltag ist geprägt von Erfahrungen des Scheiterns. Wir sind Profis im Umgang mit vergeblichem Bemühen.

Im Pflorgeteam des Evangelischen Hospitals wird viel gelacht, streckenweise bis zur ausschweifenden Albernheit. Innerhalb des Teams lassen sich auch hilfreiche Formen des entlastenden Humors entwickeln, die nicht zwingend freundlich und verzeihend sein müssen, sondern ihre entlastende Wirkung durch den „Biss“ gewinnen. Insbesondere berufspolitische Fragen betreffend, bieten sich Ironie und Sarkasmus an. Das Lachen über eine entlarvende Beschreibung soziokultureller und berufspolitischer Realität ändert zwar zunächst noch nichts an den Zuständen, kann aber zu einer vorübergehenden Entlastung und Entspannung führen und das Bewusstsein sensibilisieren für Ansätze zur Veränderung.

Humor kann sich infektiös ausbreiten. Gelingt mir erst selber eine humorvolle Grundhaltung, so kann ich auch Humorressourcen bei Patienten, Angehörigen und Teammitgliedern aktivieren. Wie ich durch Herrn A. erfuhr, funktioniert das aber auch in die Gegenrichtung: „Danke, ich kann klagen.“ Wir konnten gemeinsam lachen. Nachdem wir seine aktuellen Probleme besprochen und bearbeitet hatten, hat Herr A. übrigens ruhig und entspannt die Nacht durchgeschlafen. Herr A. kann klagen, musste es aber nicht.

---

Autorin:

Adelheid von Herz

geb. 1954; Krankenschwester im Evangelischen Hospital für palliative Medizin in Frankfurt am Main.

Quelle:

Zeitschrift Nr. 136 - Dr. med. Mabuse – März/April 2002

Weitere Artikel und Literaturhinweise zum Thema „Humor“:

Mabuse-Verlag GmbH

Kasseler Str. 1a  
60468 Frankfurt am Main  
Tel.: 069 / 97 07 40 71  
Fax: 069 / 70 41 52  
info@mabuse-verlag.de  
[www.mabuse-verlag.de](http://www.mabuse-verlag.de)

HumorCare Deutschland – Gesellschaft zur Förderung von Humor in therapie, Pflege  
und Beratung  
Wendelsgrundweg 12  
78532 Tuttlingen

ZENTRUM der Lachbewegung Deutschland  
Wandersmannstr. 28  
65205 Wiesbaden  
Tel.: 0611 – 974 92 38

Clinic-Clown-Zentrale  
Christian Heeck, Kulturreferat der Uni-Kliniken Münster,  
Albert-Schweitzer-Str. 33  
48149 Münster  
Tel.: 0251 – 83 – 460 84  
Kolibri: Humor – Kommunikation - Clownerie  
Institut - Dr. Petra Klapps  
Training – Coaching - Seminare  
Landsbergstr. 39  
50678 Köln  
Telefon 0221 / 32 42 43  
Fax 0221 / 932 75 52  
E-Mail info@kolibri-institut.de  
Internet [www.kolibri-institut.de](http://www.kolibri-institut.de)

---

zurück zu <http://www.lachclub-recklinghausen.de>