

Das richtige Mass finden

Honig und Gift der Empathie

Edy Riesen

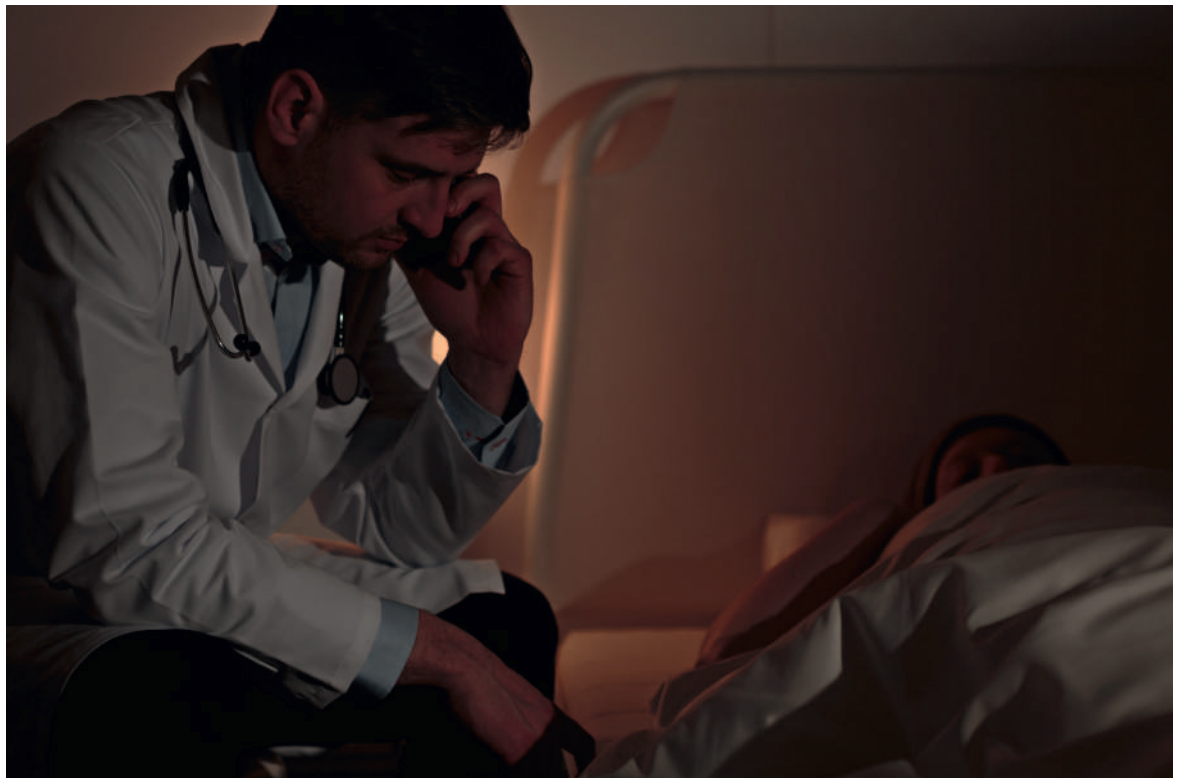
Die drei grossen «E» begleiten uns während der Sprechstunde: Evidenz, Erfahrung und Empathie. Aber es ist wie beim Backen, ein Rezept macht noch keinen guten Kuchen. Die feine Abstimmung macht den Meister aus, und das sagt sich jetzt so leicht und ist doch so schwer. Kein Wunder bei 30 Begegnungen oder auch mehr oder weniger pro Tag. Der kluge Arzt, die weise Kollegin kneten ihren «Sprechstundenteig» ja nicht nur intellektuell, sondern ebenso intuitiv und emotional. Gleichzeitig stehen sie unter Zeitdruck und befinden sich selbst auch nicht in einem neutralen Zustand. Sind dem eigenen zirkadianen Rhythmus, dem Hunger, der Müdigkeit, dem Kopfschmerz, dem Überdruß ausgesetzt. Eigentlich ein Wunder, dass es oft doch gut klappt. Das hängt wohl mit der Fähigkeit der Fokussierung zusammen, die es erlaubt, sich voll auf den Patienten einzulassen, sobald sich die Tür des Sprechzimmers schliesst.

Gute Ärzte können ihrem Gegenüber das Gefühl vermitteln, ausschliesslich für ihn/sie da zu sein. Das habe ich vor Jahren begriffen, als ich von einem Arzt in den heroischen Siebzigerjahren hörte, der pro Tag 60–

70 Patienten sah und dem es offenbar auch in 5–10 Minuten gelang, «präsent» zu sein, jedesmal aufs Neue ausschliesslich da zu sein, für seinen Patienten.

Empathie ist der Honig aufs Brot der Sprechstunde. Aber unterdessen sehe ich die Sache etwas differenzierter. Zum Beispiel würde es mich heute sehr interessieren, wie dieser Kollege abends nach Hause kam zu Frau und Kindern? War er dann abgebrannt wie ein alter Kerzenstummel oder konnte er wirklich noch einmal Empathie aufbringen? Und wie stand es um ihn selbst? Ich denke, dass jeder Mensch ein eigenes Mass an Empathie vorrätig hat und dass es Grenzen gibt, jenseits derer es zu einem emotionalen Konkurs kommen kann. Einer der «Ursätze» der Bibel ist immer noch: «Du sollst Deinen Nächsten lieben wie Dich selbst!» Und wenn ich so in die Runde meiner Kolleginnen und Kollegen schaue, vermute ich fast, dass der erste Teil des Satzes manchen leichter fallen könnte als der zweite. Bezogen auf die Empathie würde das heissen: gib nicht mehr aus als Du hast.

Nur kennen wir unser Mass? Wird es gelehrt und geübt im Studium und später in den Assistenzjahren? Viel-



leicht am ehesten in Balint- oder Intervisionsgruppen, weil dort nämlich die Überforderung oft thematisiert wird. Während in den Ausbildungsjahren Leistung, Wissen, Technik, Gedächtnis usw. gefragt sind, kommen die grossen Brocken wie Gefühle, Trauer, Verluste, Fehler erst später zur Sprache. Immer wieder empathisch zu sein, gelingt nur dem Arzt, der seiner sicher ist. Ich zitiere den tschechischen Dramatiker und späteren Staatspräsidenten Vaclav Havel: *«Wenn ich nicht weiss, wer ich bin, wer ich sein will, was ich erreichen will, wo ich anfangen und wo ich ende, dann sind die Beziehungen zu den Menschen in meiner Umgebung und zur übrigen Welt gespannt, voller Argwohn und mit einem Minderwertigkeitskomplex belastet, der sich vielleicht hinter aufgeblasener Selbstsicherheit versteckt.»* Dieser Satz hat mir die Augen geöffnet und ich erinnere mich an eine ganze Reihe von aufgeblasenen Figuren aus diversen Fächern der Medizin, denen ich nicht über den Weg traute, ganz gleich mit welchem Titel und Rang sie dekoriert waren. Ich sah viele solcher Menschen Rollen spielen und sich selbst verleugnen. Bei einigen endete es in einer Katastrophe oder wenigstens in der Bedeutungslosigkeit. Andere wussten ein Leben lang nicht, wer sie wirklich waren, hielten aber an ihren Positionen und Rollenmodellen fest, ohne zu überzeugen. Umgekehrt haben mich feste, sichere Persönlichkeiten angezogen, und dabei denke ich gar nicht nur an meine Kolleginnen und Kollegen, sondern ebenso an Handwerker, Lehrerinnen, Hausfrauen, Bauern, Priester, Industrielle ... Es sind Leute, die z.B. sogar in einer schweren Krankheit fähig sind, mit ihrem Arzt empathisch zu verkehren und sich um ihn emotional zu kümmern. Man vergisst solche Menschen nie. Sie brauchen keine Worte, um ihre Empathie zu übertragen. Es sind menschliche Kostbarkeiten. Allein ihre feste Identität gibt dem Gegenüber Halt und Orientierung. Damit ist auch gleich gesagt, dass es nicht nur die ärztliche Empathie gibt, sondern dass sie auch von Seiten der Patienten kommen kann. Das sind wahre Energiespender in der Sprechstunde und am Krankenbett.

Wenn ich den Film einer Sprechstunde ablaufen lasse und mich auf meine empathischen «Ausgaben» kritisch überprüfe, stelle ich fest, dass ich nicht den ganzen Tag Empathie versprühe. Ich bin durchaus partei-

isch und interessiert oder umgekehrt gelangweilt, gelegentlich sogar angewidert. Natürlich muss ich das nicht offen zeigen, und es gibt ja auch eine Freundlichkeit an der Oberfläche, vielleicht kann man es Höflichkeit nennen? Sozusagen ein «minimal requirement» des Umgangs unter Menschen. Was aber geschieht, wenn ein Arzt zu empathisch arbeitet, sein Mitgefühl, sein Einfühlungsvermögen so generös verteilt, dass für ihn selbst oder seine Angehörigen nicht viel mehr übrig bleibt? Seine Erwartungen nicht nur an sich selbst, sondern auch an seine Patienten nach oben schraubt? Und wenn sich dann ein Patient «verabschiedet», den Arzt wechselt, weggeht, sich zurückzieht? Oder wenn ein gravierender Fehler passiert, vielleicht weil die Empathie übermächtig war und die Distanz und damit die Objektivität verloren ging?

Immer wieder habe ich mit meinen Freunden die seltenen, aber heiklen Fälle diskutiert, wo wir uns besonders engagierten und der Patient eines Tages (meist ohne Erklärung) davonlief. Es handle sich dann um eine wirklich «Ent-Täuschung», meinte einer, denn man habe sich offenbar getäuscht bei der Einschätzung der Beziehung.

Vielleicht ist eine Grenze der Empathie dort, wo ein emotionaler (wenn auch gutgemeinter) Übergriff droht, eine paternalistische Haltung, wo man zu weit in das Private des Gegenüber eindringt? Auch hier also eine Frage der Dosis?

Ich möchte Sie, liebe Leserinnen und Leser, darüber nachdenken lassen. Wie oft ist es Ihnen möglich, empathisch zu sein? Haben Sie für sich das richtige Mass gefunden, oder sind Sie zu generös und haben sich dabei verausgabt? Ich wünsche Ihnen für die Festtage einen Gutschein für die richtige Einteilung Ihres ultralangen Marathons durchs Berufsleben. Sie wissen ja: genug Pausen machen, genug essen und trinken, Zeit haben für Ihre Lieben und Ihre Freunde, für Musik, Bücher, Bewegung, Natur und für das Nachdenken, ob es Sinn macht, was sie tun, Tag für Tag, Monat für Monat, Jahr für Jahr.

Bildnachweis

© Katarzyna Bialasiewicz | Dreamstime.com

Korrespondenz:
Dr. med. Edy Riesen
Facharzt für Allgemein-
medizin FMH
Hauptstrasse 100
CH-4417 Ziefen
edy.riesen[at]hin.ch