

# Kein Witz

**Selbst wenn die meisten meinen, das Gesundheitswesen biete kaum Anlass zur Heiterkeit: Nicht nur für Patienten ist Lachen die beste Medizin, auch dem Personal kann ein Funken Humor nicht schaden. Profis bieten Unterstützung in ernsten Zeiten. Die Nachfrage boomt.**

Erika Pichler

**D**er unermüdliche Patch Adams oder die Clown-Doktoren mit ihren tagtäglichen kleinen Triumphen über manch stille Verzweiflung im Krankenbett erbringen schon lange den Beweis für den therapeutischen Effekt von Humor auf kranke Menschen. Nicht weniger wichtig ist ein humorvoller Zugang für die Berufsgruppen, die das Wohl der Patienten gewährleisten sollen: Ärzte, Pflegekräfte, Verwaltungspersonal. Doch so manchen ist das Lachen vergangen. Chronischer Stress, überbordende Administration und Systemfehler treiben dem Personal eher die Sorgenfalten auf die Stirn. Eine Handvoll österreichischer Humoristen und Kabarettisten, deren berufliche Ursprünge in der Medizin liegen, haben Programme, Seminare oder Projekte entwickelt, die dem buchstäblichen Spaß an der Arbeit im Spital wieder auf die Sprünge helfen sollen.

## Lachhaft im Einsatz

Die ÖKZ konfrontierte den „Patientenflüsterer“ Ronny Tekal-Teutscher ([www.peter-teutscher.at](http://www.peter-teutscher.at)), den „Humorbotschafter“ Werner Gruber ([www.gepflegterhumor.at](http://www.gepflegterhumor.at)), den „1. Clownesken Lachtherapeuten“ Roman Szeliga ([www.roman-szeliga.com](http://www.roman-szeliga.com)) und den Clown und Humorberater Michael Trybek ([www.michaeltrybek.com](http://www.michaeltrybek.com)) mit Fragen zu Lust und Frust am Arbeitsplatz Spital (siehe Seite 18, 19).

Alle vier wissen, wovon sie sprechen. Tekal-Teutscher ist gelernter und praktizierender Allgemeinmediziner und schreibt Satirekolumnen für die *Ärzte Woche*. Zusammen mit seinem Kabarettpartner Norbert Peter ist er als Duo „Peter und Tekal“ derzeit auf der Bühne des „Orpheums“ und der „Kulisse“ in Wien zu erleben. Szeliga, Facharzt für Innere Medizin, Mitbegründer der „Clinicclowns“ und früherer Health Care Director bei einem Pharmakonzern, arbeitet heute vor allem als Spezialist für kreative Kommunikation, Seminar-

leiter und Moderator. Gruber arbeitet als Diplom-Sozialarbeiter und Case Manager im Salzburger Helga Treichl Hospiz. Seit einigen Jahren bietet er gemeinsam mit seinem Kollegen, dem Diplomkrankenschwester Hannes Kittl, Humorseminare in österreichischen und deutschen Krankenhäusern an, die unter anderem fixer Bestandteil des Fortbildungskataloges der SALK sind. Trybek war in rund 25 Spitälern als Seminarleiter und Vortragender tätig. Von der Philosophie des Clowning überzeugt, entwickelte er langfristige Humorprojekte für das UKH Graz, das Krankenhaus Scheibbs und andere Spitäler.

## Humor braucht Mut

Konsens besteht darüber, dass Humor nur dann fruchtet, wenn er alle Ebenen der Hierarchie umfasst, von der Führungskraft bis zur Lernschwester. Es genügt nicht, mit „Kommt ein Mann zum Arzt“-Witzchen das Witzesoll zu erfüllen, sagt Allgemeinmediziner Ronny Teutscher. „Humor hat viel mit Selbstreflexion zu tun, basierend auf der Erkenntnis, dass sich hier gleichberechtigte Partner als Ärzte/Pflegekräfte und Patienten mit Wünschen und Bedürfnissen gegenüberstehen.“ Zweite Erkenntnis: Humor erfordert Mut, auch und vor allem von Führungskräften. „Wenn einer sich traut, dann wird oft das ganze Team angesteckt“, sagt Szeliga. „Jedes neue Mitglied wird von dieser Stimmung gefangen, und wer weggeht, nimmt sie auf eine andere Abteilung mit. An anderen die eigene gute Laune auszulassen, ist für mich *das* Rezept gegen Trübsal und Frustration im Krankenhaus! Allen Ernstes.“ ::



Dr. Erika Pichler  
ist freie Journalistin in Salzburg.  
[e.pichler@aon.at](mailto:e.pichler@aon.at)

# Vier Fragen an vier Humoristen

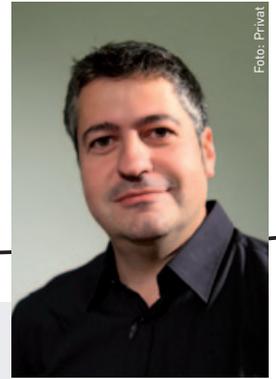


Foto: Privat

Wie humorlos sind Spitäler?

Wie viel Humor ist erlaubt?

Ist Lachen heilsam?

Und wenn einem das Lachen  
im Hals stecken bleibt?

## Ronny Teutscher

Fürchterlich humorlos. Vor allem, wenn Patienten wagen, die gut gemeinten Ratschläge und Verordnungen der Pflegekräfte und der Ärzte in Frage zu stellen. Witzige Wortwechsel werden mit braven und angepassten Patienten geführt. Schwierigen Fällen wird der Humor oft verweigert.

Gott sei Dank existieren Terrorzellen des Humors, die den Kollegen und Patienten einiges an positivem Lebensgefühl vermitteln können. Dies kann eine Ambulanzschwester sein, die ein wenig Stimmung in die Bude bringt oder auch ein Patient, der die rigiden Klinikvorschriften zum Gaudium der Zimmergenossen durch den Kakao zieht. Auch rennt bekanntlich oft der Schmah innerhalb eines OP-Teams. Leider schläft der Patient zu dieser Zeit meistens.

Es wäre blauäugig zu meinen, die kabarettistische Aufbereitung eines Themas würde die Zuseher zu einer Modifikation ihres Handelns bewegen. Aber es kann Entspannung in verfahrenere Gedankengänge bringen. Und je präziser ein humoristischer Blick auf eine Wunde gelegt wird, desto eher lässt sich ein Wiedererkennungseffekt erzielen. Die nächste ähnlich verfahrenere Situation kann dann als solche erkannt und mitunter entschärft werden. Schließlich ist das Gehirn – wie wir neuerdings aus der Hirnforschung wissen – plastisch. Selbst das Gehirn von Entscheidungsträgern.

Das kommt vor, wenn man der Macht des Schicksals ohnmächtig gegenübersteht. Mit den Jahren habe ich aber verstanden, dass gerade dort, wo die wichtigsten Belange des irdischen Daseins zum Thema werden, es um Leben und Tod geht, ohne Humor nichts geht. Wenn sterbenskranke Patienten vom Personal nur mit versteinerten Miene aufgesucht und bekreuzigt werden, ist das eine Respektlosigkeit gegenüber diesen Menschen. Zur Aufrechterhaltung der Würde braucht es ehrlich gemeinte menschliche Wärme und auch eine gesunde Portion Humor. Auch Sterbende können lachen. Aber das hat sich noch nicht herumgesprochen.

**Am Anfang war es das Härteste, dass ich nicht mehr arbeiten konnte.**

Patient der smo Dornbirn

### Schlaganfall – Rehabilitation und Therapie in Vorarlberg

In unseren Zentren für tagesklinische und ambulante neurologische Rehabilitation begleiten wir die Patienten dabei, durch gezielte Förderung und Forderung, die eigene Leistungsfähigkeit zu erkennen und zu erweitern.

Bregenz, Bahnhofstraße 29, T 05574 46913-0  
Dornbirn, Riedgasse 2, T 05572 29493-0  
Feldkirch, Hirschgraben 4, T 05522 77234-0  
Bludenz/Bürs, Hauptstraße 4, T 05552 63661-0  
[www.smo.at](http://www.smo.at)

**smo** Neurologische Rehabilitation



### Werner Gruber

Spitäler sind nicht humorlos; Humor wird nur durch die hierarchischen Strukturen erschwert. Ärzte lachen untereinander viel, Pflegekräfte und Patienten auch; nur miteinander wird es schon schwieriger. Humor kann Hierarchien gefährden und das wird nicht immer gewünscht.

Humor im Krankenhaus hat auch mit einer guten Fehlerkultur zu tun. Fehler machen dürfen, heißt auch, menschlich bleiben können. In Teams mit einer guten Fehlerkultur wird auch mehr gelacht. Immerhin stellt die Krankenhausleitung in der Regel die KollegInnen für die Humorseminare dienstfrei und übernimmt die Kosten.

In Krankenhäusern gibt es viele belastende Situationen. Wenn Humor als Kommunikationsmittel eingesetzt wird, steht er als eine mögliche Bewältigungsstrategie zur Verfügung. Für die eigene Psychohygiene ist er ein wichtiger Faktor zur Stressbewältigung. Humor fördert ein positives Teamklima und wirkt dem Burn-out entgegen.

Auch wenn wir im Krankenhaus-Alltag viel lachen, bleiben die vielen Probleme und Ängste Realitäten, die wir nicht leugnen können. Humor hilft halt manchmal, eine winzige Distanz zu den Sorgen herzustellen, um so Belastungen wieder besser aushalten zu können! Wie sagt schon eine alte Weisheit: „Wenn dir das Wasser bis zum Halse steht, lass den Kopf nicht hängen!“



### Roman Szeliga

Arzt sein heißt für manchen vor allem: Ich kann mich unverständlich ausdrücken. Außerdem sind die Ärzte heute zu 70 Prozent mit Administration belastet. Der Druck im Gesamtsystem ist enorm, viele sind am Limit ihrer Kräfte und es bleibt viel zu wenig Zeit für den empathischen Austausch mit den Patienten, welcher aber enorm wichtig wäre.

Es gibt schon Vorreiter, auch in Deutschland. In Österreich gibt es einzelne Initiativen, wo man sagt: Die Leichtigkeit muss wieder rein. Zum Beispiel auf der Kinderdialyse im AKH hat man erkannt, welches Potenzial Humor hat. Dort laufen die Oberärzte schon einmal mit der roten Nase herum – wenn's gerade passt. Die richtige Dosis an Humor macht es so wie auch in der Medizin aus, ob etwas wirkt oder nicht.

Was Kinder perfekt beherrschen, nämlich Lächeln, Charme, das haben wir bis zum 18. Geburtstag verlernt. Humor, Kreativität und Charme können kein Ersatz für Fachkompetenz sein, aber die beste Ergänzung. Führungskräfte haben oft Angst, lächerlich zu wirken, wenn sie ihr Bauchgefühl, ihre Emotionen und ihren Humor zeigen. Dabei bringt das extrem viel. Und die Mitarbeiter gehen mit ihnen durch dick und dünn.

Humor ist das Gegengift zum Ernst des Lebens und deswegen gerade dort besonders wichtig, wo wir scheinbar nicht mehr viel zu lachen haben. Man sollte sich immer vor Augen halten, dass Menschen immer gerne von Menschen behandelt werden möchten. Und Humor hat dafür die besten Nebenwirkungen, die es gibt: Er wirkt doppelt – nach innen und nach außen. Geht es mir gut, kann ich damit auch die Menschen, die Humor dringend notwendig haben, damit anstecken.



### Michael Trybek

Spitäler sind Einrichtungen mit Menschen. Dort gibt es, wie überall, Menschen mit mehr oder weniger Humorkompetenz. Einen zunehmenden Mangel an Humor - auch im Sinne von „Leichtigkeit“ und Lebensfreude – beobachte ich insbesondere dort, wo es zu anhaltenden Überlastungen und „Sinnentleerung im Tun“ kommt.

Wenn es „zugelassen“ wird (das ist oft ein „Problem“ der Führung!), dann wird in vielen Spitälern sehr humorvoll gearbeitet, was sowohl den Mitarbeitern wie auch den Patienten zugutekommt, da es für ein angenehmes Arbeitsklima sorgt.

Humor ist nicht gleich Lachen. Humor kann zum Beispiel auch in Momenten der Trauer Platz haben und spürbar sein. Humor ist therapeutisch im Sinne der Möglichkeit, durch eine humorvolle Situation (die man auch „künstlich“ hervorrufen kann) einen Perspektivenwechsel anzubieten und sich von der als belastend empfundenen Situation (zumindest zeitweise) zu distanzieren. Dies unterstützt die Lebensqualität und den Heilungsprozess.

Es gibt besonders in Spitälern ganz viele Situationen, die nicht zum Lachen sind und wo es auch nicht angebracht ist zu lachen. Doch der Humor als Haltung und Lebenskunst kann dennoch stets „mitschwingen“, und zwar als „Trotzmacht des Geistes“ (Viktor Frankl). Andererseits ergibt sich, auch im Tragischen, oft eine unfreiwillige Situationskomik. Es geht also mitunter darum, auch damit „konstruktiv“ umzugehen. Und das kann man lernen.