Dieser Artikel wurde ausgedruckt unter der Adresse: https://www1.wdr.de/radio/wdr5/sendungen/neugier-genuegt/ng-rz-jalid-sehouli-100.html

Schlechte Nachrichten überbringen, aber wie?

Der Gynäkologe Jalid Sehouli der Berliner Charité liebt seine orientalische Kultur, aber hat auch seine deutsche Identität. Für den Sohn marokkanischer Eltern steht Wahrhaftigkeit bei Arztgesprächen an erster Stelle.

Prof. Dr. med. Jalid Sehouli, geboren 1968, ist Leiter der gynäkologischen Klinik der Berliner Charité und ist Experte für gynäkologische Onkologie, mit Schwerpunkt Eierstockkrebs. Der gebürtige Berliner ist der erste arabischstämmige Ordinarius in der Frauenmedizin in Deutschland. Das Virchow-Klinikum im Wedding ist die Klinik, in der seine Mutter einst Stationshilfe gewesen ist, deren Aufgabe es war, sauber zu machen, Patienten zu waschen und zu füttern. „Sie war die Seele der Station“, sagt ihr Sohn heute.

In seinem Alltag als Onkologe ist Sehouli dicht an den Menschen, erlebt er Situationen und Begegnungen, in denen die Art der Gesprächsführung eine existenzielle Bedeutung hat. Tag für Tag führt er Gespräche darüber, wie das Leben weiter gehen kann. Seine Patientinnen kommen aus der ganzen Welt, sogar aus China und Amerika.

Ein einziger Satz kann ein Leben von Grund auf verändern, erst recht bei einer Diagnose. Schwierige oder schlechte Nachrichten gut zu überbringen, ist eine hohe Kunst. Jalid Sehouli, Chefarzt und Geschichtenerzähler mit marokkanischen Wurzeln, hat intensiv nach Leitlinien gesucht, um lebensbedrohliche Diagnosen empathisch-konstruktiv zu vermitteln. So initiierte er

2010 den mehrsprachigen Aufklärungsfilm „Die zweite Stimme“ - für betroffene Frauen und für Ärzte, das war ihm wichtig.

Jalid Sehoulis Vater, ein politischer Flüchtling aus Marokko, der in den 60er-Jahren nach Berlin kam, verdiente anfangs sein Geld als Boxer. Später arbeitete er in einer Fabrik. Die Mutter konnte nicht lesen und schreiben. Zu sechst lebten sie in einer Ein-Zimmer-Wohnung nicht weit von der Mauer. „Bildung war das Höchste für meine Mutter“, sagt Jalid Sehouli. Aber wichtiger sei, dass sie ihm immer Mut gemacht habe. Keinen arroganten oder naiven Mut, sondern einen bescheidenen Mut, wie er sagt, einen Durchhaltewillen-Mut. Er konnte ihn brauchen. Als Migrant hat sich Jalid Sehouli nie gefühlt. „Das Wort gab es früher gar nicht. Ich bin in Berlin geboren, fühle mich als Berliner, als Deutscher.“

Buchtipps:
Prof. Dr. med. Jalid Sehouli: Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen. Koesel Verlag 2018

Prof. Dr. med. Jalid Sehouli: Marrakesch. bebra verlag 2018

Redaktion: Beate Wolff

Schlechte Nachrichten überbringen- aber wie? - Jalid Sehouli

WDR 5 Neugier genügt - Redezeit | 26.03.2018 | 28:05 Min.

- Moderation: Ralph Erdenberger | **mehr**
  [http://www1.wdr.de/radio/wdr5/ueber-uns/erdenberger104.html]

Mehr zur Sendung

WDR 5 Neugier genügt

Hier ist der Titel Programm: Alle Themen sind möglich und das in den verschiedensten Formen, von der langen Reportage über ein Stück Literatur bis hin zum ausführlichen Interview. | **mehr**

[http://www1.wdr.de/radio/wdr5/sendungen/neugier-genuegt/index.html]

Der Podcast zum Feature | **mehr**
[http://www1.wdr.de/mediathek/audio/wdr5/wdr5-neugier-genuegt-das-feature/index.html]

Der Podcast zur Redezeit | **mehr**
[http://www1.wdr.de/mediathek/audio/wdr5/wdr5-neugier-genuegt-redezeit/index.html]

Wenn Paare unterschiedlich groß sind | **mehr**

[http://www1.wdr.de/radio/wdr5/sendungen/neugier-genuegt/ng-fea-ungleiche-paare-100.html]

20 Jahre "Wag the Dog" - Wenn Realität die Satire übertrump(f)t. | **mehr**

[http://www1.wdr.de/radio/wdr5/sendungen/neugier-genuegt/ng-fea-wag-the-dog-100.html]

Die Zukunft der Arbeit, philosophisch gesehen | **mehr**

[http://www1.wdr.de/radio/wdr5/sendungen/neugier-genuegt/ng-rz-achenbach-100.html]

Endlich Sommerzeit! | **mehr**

[http://www1.wdr.de/radio/wdr5/sendungen/neugier-genuegt/ng-fea-sommerzeit-100.html]

Schecks Bücher: Grimmelshausen - Simplicissimus Teutsch (52/100) | **mehr**

[http://www1.wdr.de/radio/wdr5/sendungen/neugier-genuegt/schecks-buecher-grimmelshausen-100.html]

© WDR 2018

arzt & Karriere
Fachzeitschrift für Berufsperspektiven, Forschung und Digitalisierung in der Medizin

Die Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen

Professor Dr. Jalid Sehouli – Frauenarzt, Schriftsteller, Ordinarius an der Berliner Charité – stellt sich im Interview mit arztundkarriere.com den Fragen zur problematischen Vermittlung von negativen Botschaften in der Arzt-Patienten Beziehung, welche er in seinem neuesten Buch „Von der Kunst schlechte Nachrichten gut zu überbringen" behandelt.

„Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen" ist nicht Ihre erste Publikation. Was genau hat Sie dazu inspiriert, Bücher zu schreiben?
Generell gehört das Schreiben zu den allerhäufigsten ärztlichen Tätigkeiten, wie zum Beispiel Arztbriefe oder wissenschaftliche Publikationen zu verfassen. Man kann Schreiben auch dafür nutzen, um Emotionen und Konflikte auszudrücken, so wie mit Malen oder über Musik. Ich habe die Literatur für mich als Entschleunigung genutzt und das Schreiben für mich als Prozess für Reflektion, Orientierung und Lösungsfindung entdeckt. Daraufhin habe ich mich entschieden, aus den bisherigen Ergebnissen ein Buch für die Öffentlichkeit zu fertigen. Dabei stellte sich die Frage, ob es eher in die philosophische oder originär-medizinische Richtung gehen sollte – letzten Endes wurde es eine Mischung aus beidem. So ist mein Buch „Marrakesch" entstanden und wurde zu einem großen Erfolg.

Gab es einen ausschlaggebenden Moment für das neue Buch zum Thema „schlechte Nachrichten"?
Ein Buch zu schreiben bietet die Möglichkeit, sich strukturiert und intensiv mit einem Thema auseinanderzusetzen. Vor fast zwanzig Jahren operierte ich beispielsweise eine ältere Frau, die die Operation gut überstand. Als man der Nachbarin die gute Nachricht übermitteln wollte, teilte sie uns aber mit, dass der Ehemann der Patientin, ein 94-jähriger Mann sich erschossen hatte – er hatte zu viel Angst, seine Frau zu verlieren. Das war ein Moment, in dem ich mich alleingelassen gefühlt habe und ich habe es nie vergessen und konnte es auch nie aufarbeiten. Ich nutzte das Buch als wichtiges Medium, um damit abschließen zu können.

Das Kommunikationstraining ist seit einigen Jahren Pflicht in den meisten

Suche … Suche

E-PAPER DER PRINTAUSGABEN

Ausgabe 2-2017

Ausgabe 1-2017

Ausgabe 2-2016

NEUE BEITRÄGE

Die Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbring
Welche Rolle spielen Hippocampus und präfronta Kortex beim absichtlichen Vergessen?
Forscher schaffen aus Wund- neue Hautzellen

Wir verwenden Cookies, um Ihnen das beste Nutzererlebnis bieten zu können. Wenn Sie fortfahren, diese Seite zu verwenden, nehmen wir an, dass Sie damit einverstanden sind. OK

Kommunikations-, Interaktivitäts- und Interaktionstechniken, anhand von Kommunikationsstrategien thematisieren und reflektieren. Ausreichend ist das jedoch nicht. Denn im Berufsleben eines Arztes kann dieser bis zu 200.000 schwierige Gespräche führen, ohne sich in Sachen Kommunikation fort- und weitergebildet zu haben. Ich denke, dass die Kommunikation aber noch mehr Raum im Medizinstudium erhalten muss. Hierbei meine ich die Kommunikation mit Patienten, Angehörigen, aber auch mit anderen Kollegen und Berufsgruppen.

Was sind gerade bei der Übermittlung von schlechten Nachrichten Ihrer Meinung nach die größten Hürden für Ärzte?
Oft fehlt die Reflexion und Supervision seiner eigenen Kommunikation und seines Gespräch Stils. Zwar gibt es Trainingskurse zu verschiedenen Operationstechniken, wie aber kommuniziere ich mit Patienten? Wie übermittle ich eine schlechte Nachricht? Und wie gehe ich damit um, sehr schlechte Botschaften übermitteln zu müssen, die den Blick auf das Leben für immer verändern können? Hier wird man als Arzt quasi alleingelassen, denn eine Orientierung hierfür gibt es nicht. Achtsamkeit ist meines Erachtens das Stichwort – zu spüren, ob das, was man kommuniziert auch für die Patienten verständlich ist – positiv oder negativ. Außerdem ist wichtig zu schauen, ob meine Informationen und Botschaften tatsächlich angekommen sind.

Eine negative Botschaft sollte angekündigt werden, denn der Patient braucht Zeit und Raum, sich zu einem auf die schlechte Nachricht einzustellen sowie diese zu verdauen. Daher sollte der Überbringer einer schlechten Nachricht ganz bewusst Pausen einlegen und nicht selbst zu viel sprechen. Zudem wissen wir uns häufig nicht zu vergegenwärtigen, was die Nachricht zur Krankheit für den Mensch und seiner Zukunft bedeutet, der vor uns sitzt. Was bedeutet es beispielsweise für den Patienten selbst, für dessen Familie oder Berufsleben, wenn dieser eine unheilbare Krebserkrankung hat? Man muss lernen, zu beobachten, was die Botschaft mit dem Menschen macht, ohne diese zu bewerten. Somit ist es essenziell herauszufinden, was ich als Übermittler tun kann, um dem Empfänger wieder Lebensmut oder eine gewisse Dynamik zu verleihen. Das sind strukturierte analytische Konzepte, die wir Ärzte oft nicht lernen, vielmehr mogeln wir uns von einem Gespräch zum anderen.

Wie würden Sie die „ideale" Überbringer-Empfänger-Beziehung zwischen Arzt und Patient beschreiben?Eine Definition der idealen Arzt-Patienten Beziehung existiert nicht, das sollte auch nicht der Anspruch vor einem Gespräch sein. Bei der Kommunikation zwischen Arzt und Patient sollte er vielmehr darin liegen, dass beide Gesprächspartner hinterher bereit sind, sich erneut zu treffen. Ziel ist es, eine Beziehung aufzubauen, die auf Ehrlichkeit beruht, ohne alle Lösungsstrategien sofort parat haben zu müssen. Ich bin selbst sehr trainiert in Gesprächen, führe allerdings immer noch viele nicht perfekte Gespräche durch. Der Unterschied zu vielen Kollegen ist aber, dass ich es bemerke. Das ist wie bei Operationen: Man wird sie nie ganz ohne Komplikation durchführen können. Aber es geht darum, die Fehler zu merken und zu beheben. Das ist die Kunst.

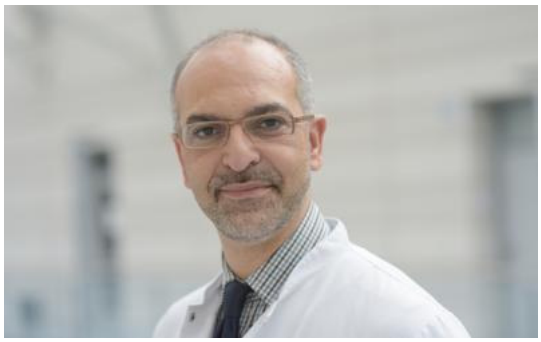
Aufgrund der Digitalisierung steigt die räumliche Distanz zwischen Arzt und Patient, dabei fallen wichtige Kommunikationsmittel wie Gestik und Mimik weg. Wird das zu einer besonderen Herausforderung vor allem für den medizinischen Nachwuchs?
Ja und nein. Digitalisierung kann nur unterstützend wirken, wichtig bleibt immer die menschliche Begegnung. Sie bedeutet kein entweder oder, Digitalisierung gehört dazu. Am Ende des Tages bleibt im Destillat die Achtsamkeit in der menschlichen Begegnung zwischen Arzt und Patient. Der Umgang mit der Digitalisierung muss gelernt werden, ohne dass das Arzt-Patienten-Verhältnis darunter leidet.

Sind Emotionen in der Arzt-Patienten-Beziehung überhaupt angebracht?
Natürlich, warum denn nicht? Als Arzt kann man nicht sagen: „Ich bin traurig" oder „Ich bin bedrückt". Als Arzt weiß ich auch nicht, wie sich ein Patient fühlt, aber ich kann es erahnen. Ich selbst darf keinesfalls die Rolle des Betroffenen einnehmen. Nichtsdestotrotz ist Empathie wichtig – auf einer professionellen Ebene eben. Das heißt nicht, dass man nicht sym- oder empathisch ist, jedoch gilt es Mechanismen zu entwickeln, um mit dieser schweren Last klarzukommen und professionell zu bleiben.

Wir verwenden Cookies, um Ihnen das beste Nutzererlebnis bieten zu können. Wenn Sie fortfahren, diese Seite zu verwenden, nehmen wir an, dass Sie damit einverstanden sind. OK

Erstens: Es beginnt mit der Haltung, dass ich als Mediziner es auch so möchte, dass das Gespräch die wichtigste Arznei ist und so mit dem Thema auch umgehe. Man muss sich bei der Überbringung schlechter Nachrichten die Zeit zur Selbstreflektion nehmen, um zu erkennen, wie man selbst damit umgeht.

Zweitens, sollte man versuchen, sein Gegenüber zu beobachten, um zu lernen wie die Nachricht aufgenommen wird und ob diese verständlich vermittelt wurde. Das ist wichtig für den Lernprozess. Das bedeutet auch, alle Emotionen des Gegenübers zu akzeptieren, ob das nun Wut, Trauer, Melancholie oder Albernheit ist – ohne diese zu bewerten. Im Falle einer negativen Nachricht, ist es empfehlenswert, eine Warnung auszusprechen wie „Ich habe eine schlechte Botschaft". Das gibt dem Patienten die Möglichkeit, sich auf das, was kommt, mental vorzubereiten. Zuletzt sollten Mediziner sich auch immer auf die positiven Aspekte konzentrieren.



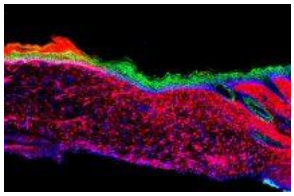
Dr. Jalid Sehouli, gebürtiger Berliner mit marokkanischen Wurzeln, praktiziert seit 1999 an der Berliner Charité, wo er seit 2004 die Position des Direktors für Gynäkologie inne hat. Er gehört zu den weltweit führenden Krebsspezialisten auf dem Gebiet des Eierstockkrebses. Neben seiner neuesten Buchveröffentlichung schrieb er auch in vorherigen Werken über „Marrakesch" und „Tanger", welche große Beachtung auf der Leipziger Buchmesse erhielten. Sein Buch „Von der Kunst schlechte Nachrichten gut zu überbringen" ist im Kösel Verlag erschienen (ISBN 978-3-466-34702-5).

Einer von Dr. Sehouli's derzeit wissenschaftlichen Schwerpunkten ist das „Langzeit-Überleben". Er versucht zu untersuchen, warum Menschen trotz unheilbarer Erkrankung lange und gut leben und arbeitet hierzu an einem großen wissenschaftlichen Projekt.

SHARE.

RELATED POSTS

Welche Rolle spielen Hippocampus und präfrontaler Kortex beim absichtlichen Vergessen?



Wir verwenden Cookies, um Ihnen das beste Nutzererlebnis bieten zu können. Wenn Sie fortfahren, diese Seite zu verwenden, nehmen wir an, dass Sie damit einverstanden sind. OK

Von Kopf bis Fuss

Schlechte Nachrichten gut überbringen

Von Silvia Aeschbach, 11. April 2018

Eine Herausforderung für viele Ärzte: Schlechte Nachrichten ehrlich und empathisch zu überbringen. Foto: asiseeit (iStock)

Stellen Sie sich vor: Sie sind im Spital und haben eine wichtige Untersuchung hinter sich. Zu Beginn des aufklärenden Gesprächs mit dem Arzt sagt dieser zu Ihnen: «Haben Sie einen Bausparvertrag?» Sie antworten: «Ja.» Worauf dieser entgegnet: «Kündigen Sie den bitte, und zwar bald.»

«Wir haben es nicht gelernt»

Jalid Sehouli ist Chefarzt für Gynäkologie und Onkologe an der Charité in Berlin. Und diese Begebenheit hat ihm eine seiner Patientinnen erzählt. Es geht auch anders, ist der Arzt überzeugt. Wie? Das hat er in seinem Buch «Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen» (Kösel-Verlag) beschrieben. Sehouli hat unzählige Gespräche mit Patienten und ihren Angehörigen geführt. Gespräche darüber, ob ein Leben gut, einigermassen oder schlecht weitergeht.

Das Überbringen schlechter Nachrichten gehört sicher zu den schwierigsten Dingen, die Ärzte, Polizisten oder Kriseninterventionshelfer machen müssen. Und dies in Zeiten, in denen viele von ihnen sowieso am Anschlag mit ihren Kräften sind. «Es gehört zu unserem Leben, für viele auch zum Beruf, aber wir haben es nicht gelernt. In der Aus- und Weiterbildung werden wir kaum darauf vorbereitet, obwohl es doch diese Gespräche sind, die uns am meisten verfolgen», schreibt Sehouli.

Aber bringt die «kunstvolle» Form der Vermittlung bei schlimmen News überhaupt etwas? Wenn die Nachricht niederschmetternd ist: Spielt es überhaupt eine Rolle, wie sie verpackt ist?

Warum es wichtig ist

«Ja», sagt der Onkologe. Er ist überzeugt, dass selbst das Überbringen einer schlechten Nachricht Teil eines guten Gesprächs sein kann. Dann nämlich, wenn sich der Patient danach adäquat informiert fühlt und nicht ohne Orientierung und Hoffnung zurückbleibt. Oder, wenn die Hoffnung nur winzig ist, er sich trotzdem bei seinem Arzt aufgehoben fühlt. Und, wenn er seine Würde behalten kann. Die Erlebnisse, von denen Sehouli erzählt, handeln denn auch von Schicksalsschlägen und dramatischen Momenten. Sehouli beschreibt sehr bildlich – der Arzt ist auch Autor verschiedener Romane – die unterschiedlichsten Emotionen und Perspektiven sowohl der Überbringer wie auch der Empfänger schwieriger Nachrichten.

Ehrlichkeit sei das oberste Gut in solchen Fällen. Und dass solche Gespräche gut strukturiert und vorbereitet werden. Wichtig sei für ihn, auch sein eigenes Bedauern auszudrücken. Aber die Realität dürfe nicht geschönt werden: «Die schlechte Nachricht muss sachlich, wahrhaftig und empathisch ausgesprochen werden», sagt Jalid Sehouli.

Checkliste für beide Seiten

Am Schluss des Buches findet man eine Checkliste zur Vorbereitung auf solch schwierige Gespräche. Und zwar sowohl aus der Sicht des Überbringers wie auch des Empfängers. Dies mag auf den ersten Blick etwas verwirrend wirken, kann aber durchaus ein Leitfaden dafür sein, sich einmal zu überlegen, wie man in einer solchen herausfordernden Situation handeln würde. Sei es als Betroffener, Vorgesetzter, als Elternteil oder als Freund.

Wie aber verarbeitet Sehouli solch schwierige Erfahrungen? Natürlich finde man mit den Jahren einen professionellen Umgang damit, aber trotzdem bleibe er Mensch. Er konzentriere sich immer wieder auf gute Nachrichten, die er dann, zusammen mit seinen Patienten zelebriere, schreibt er. Und am Ende jedes Tages versuche er, immer einen Patienten zu besuchen, dem er eine gute Nachricht überbringen könne.

Silvia Aeschbach ist Journalistin und Chefredaktorin der deutschsprachigen Lifestyle-Beilage «encore!» der «SonntagsZeitung». Ihr Interesse gilt seit je Gesellschafts- und Beauty-Themen. Sie ist auch als Stilberaterin tätig und Autorin des Bestsellers «Älterwerden für Anfängerinnen».

Publiziert am 11.04.2018 Kategorie: Gesundheit Stichworte: Gesundheit, Psyche, Psychologie

Bank für Sozialwirtschaft

BFS-Trendinfo

9/18

Informationen für Führungskräfte der Sozialwirtschaft

Buchempfehlung

Jalid Sehouli: Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen

Koesel Verlag, München 2018, 192 Seiten, 20,- Euro, ISBN: 978-3466347025

Der Direktor der gynäkologischen Klinik der Berliner Charité liebt seine sinnliche orientalische Kultur, aber auch seine deutsche und europäische Identität. Er ist der erste arabischstämmige Ordinarius in der Frauenmedizin in Deutschland. Für Jalid Sehouli, Sohn marokkanischer Einwanderer, steht Wahrhaftigkeit bei Arztgesprächen an oberster Stelle. Als Gynäkologe und Chirurg führt Professor Doktor Jalid Sehouli (50) Tag für Tag Gespräche darüber, wie das Leben weitergehen kann. Der Chefarzt weiß aus Erfahrung: Ein einziger Satz mit der Diagnose Krebs kann ein Leben von Grund auf verändern. Im englischsprachigen Raum spricht man von „Breaking Bad News“, wenn lebensbedrohliche bis tödliche Nachrichten überbracht werden. Schwierige oder schlechte Nachrichten möglichst empathisch-konstruktiv zu überbringen, das ist eine hohe Kunst.

Man geht davon aus, dass eine Ärztin, ein Arzt im Berufsleben etwa 200.000 schlechte Nachrichten überbringen müssen. Wer sollte es folglich am besten wissen, wie man solche Gespräche führt, die darüber entscheiden, ob ein Leben gut oder schlecht weitergeht? Jalid Sehouli ist Experte für gynäkologische Onkologie, mit Schwerpunkt Eierstock-, Bauchfell- und Eileiterkrebs und zählt zum Kreis der weltweit führenden Krebsspezialisten. Seine Patientinnen kommen aus der ganzen Welt, sogar aus China und Amerika. Die Wahrheit ist oft gnadenlos, aber für den international renommierten Krebsforscher gibt es nichts als die Wahrheit – und das kann man trainieren. Jalid Sehouli hat intensiv nach Leitlinien gesucht, die jeder angehende Arzt, jede Ärztin lernen kann. Denn die meisten Mediziner haben es in ihrer Ausbildung nicht gelernt, sie sind oftmals psychologisch eher nicht oder nicht genügend geschult.

Haltung beweisen, darauf kommt es an.

„Eine der schwersten, aber auch wertvollsten Prozeduren im Ärzteleben ist die Übermittlung. Gute Nachrichten sind leicht zu übermitteln, aber wie gehe ich damit um, wenn die Patientin nicht mehr heilbar ist? Da muss ich mich als Arzt positionieren“, sagte Jalid Sehouli im Gespräch mit unserer Autorin. Haltung beweisen, keine Angst vor der Wahrheit zu haben, darauf kommt es dem gebürtigen Berliner an. Die Worte Krebs und Sterben müssen ausgesprochen werden. Trotzdem strahlt der Chefarzt Optimismus und menschliche Wärme aus. Gute Kommunikation ist für ihn für den weiteren Behandlungsprozess zwingend notwendig und sie erleichtert es den Patientinnen, ein schweres Schicksal anzunehmen. Bei allem Einfühlungsvermögen steht für den Arzt aber fest: „Ich muss der Fels in der Brandung sein."

Leitlinien für sensible Kommunikationsaufgaben

Der Krebsexperte unterstreicht in seinem ersten populärwissenschaftlichen Buch „Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen“ nachdrücklich die lebensnotwendige Bedeutung guter Patientengespräche. Seine Gedanken und Leitlinien bieten jedem, der sensible Kommunikationsaufgaben – auch jenseits der Medizin – übernehmen muss, wertvolle Anregungen. Polizei, Feuerwehr, Banker, Pädagogen, Richter, Anwälte ... Es gibt unendlich viele Situationen, in denen Menschen anderen Menschen schlechte Botschaften übermitteln müssen. Seine lebensnahen Empfehlungen für die Besprechung existenzieller Situationen verknüpft Jalid Sehouli mit berührenden und dramatischen Geschichten aus seiner ärztlichen Praxis. So verwundert es wenig, dass der Chirurg Gefühle im Klinikalltag für außerordentlich sinnvoll hält.

„Schlechte Nachrichten verändern die Perspektive auf das Leben.“

Geschrieben hat Jalid Sehouli das Buch in nur sechs Monaten, mit dem Thema selbst habe er sich vorher vier Jahre beschäftigt. „Es schließt sich ein Kreis, weil ich gerne schreibe und erzähle. Ich zähle und unterscheide mittlerweile ganz bewusst gute und schlechte Nachrichten. Schlechte Nachrichten bedeuten, die Perspektive auf das Leben verändert sich. Gute Nachrichten, das bedeutet das Zutrauen zu stärken, Orientierung zu geben. Das ist keine Manipulation, sondern stärkt das Selbstbewusstsein“, so Universitätsprofessor Sehouli. Und man muss sich in jedem Fall 15 bis 20 Minuten Zeit nehmen, solange dauert ein Gespräch. Heute noch frage er sich vorher: Bin ich selbst gut vorbereitet? Emotional. Seelisch. Kompetent. „Sonst geht es nicht.“

Die Informationen müssen dosiert werden.

An der Charité bietet Jalid Sehouli gemeinsam mit einer Kollegin seit 20 Jahren „Breaking-Bad News-Kurse“ für die Ärztekammer an. Notfallmediziner, Gynäkologen, Internisten wird in kleinen Gruppen mit Rollenspielen und gewissenhafter Anleitung vermittelt, wie sie beim Überbringen schlechter Botschaft am besten vorgehen. Es geht um Haltung und Kritikfähigkeit, aber auch darum, die richtigen Worte zu finden, körpersprachlich adäquat zu reagieren und – ganz wichtig – Pausen richtig zu setzen. Und sich zu wappnen: Die Reaktion des Gegenübers kann ein heftiges Kaleidoskop von Gefühlen sein. In seinem Buch fordert Jalid Sehouli viel mehr Kommunikationstrainings in der Aus- und Weiterbildung von Ärzten, wobei sein Credo ist: Die Beziehung zum Patienten ist „das maßgebliche Werkzeug jeglicher Intervention“.

Erster Punkt: Patienten können nur maximal zweieinhalb Minuten zuhören. Dann sieht, hört, riecht und schmecken sie schlechter und die Aufmerksamkeit nimmt rapide ab. Deshalb müssen die Informationen dosiert werden. Gut gemeinte Monologe des Arztes kommen nicht an.

Zweiter Punkt: Der Überbringer einer schlechten Nachricht sollte sein Gegenüber niemals vorher warnen: „Ich habe eine schlechte Nachricht für sie.“ Und Verständnis vorgaukelnde Sätze wie „Ich weiß, wie schwer das für sie ist“ werden vom Gegenüber nicht gut aufgenommen, lösen oft eher heftige Wut aus. Man darf ein schlecht laufendes Gespräch aber auch abbrechen und vertagen, wenn schlechte Nachrichten wie eine Krebsdiagnose nicht gut aufgenommen werden.

Die Kraft der Pause nutzen: 18 Sekunden Stille aushalten

Eierstockkrebs ist eine harte Diagnose. Meist unheilbar. Weil der Tumor lange keine Symptome macht, wird er oft erst diagnostiziert, wenn er schon gestreut hat. Knapp 8000 Frauen im Jahr erkranken, drei von vier Patientinnen sterben.

Auf die Frage „Muss ich sterben?“ folgt meist Stille, weiß Jalid Sehouli. Unerfahrene Ärzte halten maximal 16 Sekunden Stille aus, bevor sie antworten. Das Gegenüber braucht aber zwei Sekunden mehr, nämlich 18 Sekunden, um sich zu orientieren, weiß der Autor. Nutzen sie die Kraft der Pause, heißt es in der Checkliste am Ende des Buches. Nichts sagen und sich Zeit lassen sind wichtige Voraussetzungen, um auf Augenhöhe miteinander zu kommunizieren. Erst dann ist das Gegenüber in der Lage zu fragen: Was machen wir nun konkret?

Dem Fachmann ist besonders wichtig: Die betroffene Stille des Gegenübers auszuhalten, ihm Raum zu geben und zu versuchen, Ressourcen zu nutzen. „Natürlich muss ich auch trösten“, sagt der vierfache Familienvater Sehouli. „Hilfreicher ist, konkrete Hilfen anzubieten. Unheilbar krank sein heißt nicht, dass es keine Schmerztherapie oder Verbesserung der Kraft gibt. Also praktische Angebote machen.“ Wenn eine Patientin stirbt, die er lange begleitet hat, weiß er meist, welche Erfüllung sie in ihrer letzten Lebenszeit gefunden hat: „Es war nicht alles umsonst“, davon ist Sehouli überzeugt, der auch schon mal Lyrik, eine letzte Reise oder eine Versöhnung mit fremd gewordenen Geschwistern als Trost empfiehlt.

„Schreiben hilft mir, meine Seele zu artikulieren.“

„Ich nutze meine Sprache, um meine Seele zu artikulieren. Das Schreiben hilft mir, meine eigenen Gedanken zu lesen, zu reflektieren und zu positionieren“, erzählt der Mediziner und nennt den Prozess: „Gedanken mit sich selbst auszutauschen.“ Beim Schreiben tritt Jalid Sehouli in einen Dialog mit sich selbst ein. Hier könne er ganz bei sich sein, fernab vom eng getakteten Klinikalltag positive Kräfte freisetzen. In seinem ersten Buch „Und von Tanger fahren die Boote nach irgendwo“ (2016) ist er seinen marokkanischen Wurzeln nahegekommen und nutzte das in der Klinik. Er engagierte sich in der Flüchtlingsambulanz, die Charité-Mitarbeiter spontan organisiert hatten, und beschäftigte sich mit der interkulturellen Kompetenz in der medizinischen Versorgung. Nicht nur im Training der Arzt-Patienten-Kommunikation ist Jalid Sehouli Vorreiter: Er hat als einer der Ersten das Schreiben in Deutschland in die Klinik gebracht. Schreiben als exzellente komplementäre Therapie. Weil er weiß, wie stark Schreiben positiv wirken kann.

„Meine Mutter gab mir Durchhaltewillen-Mut.“

Seine Eltern kamen 1964 mit ihren ersten beiden Kindern von Marokko nach Berlin, als Jalid noch nicht geboren war. Die Mutter war Analphabetin und verdiente das Geld für die Familie. Als Stationshilfe im Virchow-Klinikum im Wedding putzte sie, teilte das Essen aus, wusch und fütterte die Patienten. „Sie war die Seele der Station“, sagt ihr Sohn, der heute genau in diesem Krankenhaus Professor ist. Sie habe ihm immer Mut gemacht, keinen naiven Mut, sondern einen bescheidenen Mut, wie er es nennt, einen Durchhaltewillen-Mut. Es war ein langer und kein einfacher Weg zu seiner heutigen Position, und wie so oft bei solchen Karrieren, haben auch Glück und Zufall dazu beigetragen. Ein Arzt, der während der Krankenpflegerausbildung sein Dozent war, ist heute Kollege. Jalid Sehouli plädiert für eine Medizin, in der Gefühle, Persönlichkeit, Beziehungen eine Rolle spielen. Als Professor und Klinikdirektor, als Leiter des Europäischen Kompetenzzentrums für Eierstockkrebs kann er sich das erlauben.

Fazit: Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen

Bei allen Fakten steckt in dem lesenswerten Buch viel Herz. Seine Botschaft hat der Krebsspezialist klug, liebevoll und überzeugend verpackt. Keine vehemente Anklage der Missstände, sondern der Autor zeigt Schritte auf, wie die Situation zu verbessern ist. Deutlich wird, dass es Jalid Sehouli auch um die Mündigkeit der Patienten geht. Der Arzt und sein Gegenüber – da begegnen sich für den Forscher zwei

Menschen und nicht ein „Halbgott in Weiß“ und ein sterbenskranker Patient. Für Jalid Sehouli ist das kein Widerspruch zur analytischen Wissenschaft. Es hat ihn überrascht, wie viel Ärzte mittlerweile genauso denken. Die Gesellschaft muss seiner Meinung nach fordern, dass die Ökonomisierung der Medizin gestoppt wird. „Das ist doch kein Disneyland, nach dem Motto, bezahlt wird nur, was sein muss und wenn es sich lohnt.“ Dafür liefert Sehouli – neben vielen Themen, Hintergründen und Problemen – sehr gute Argumente.

Buch-Tipps:
Jalid Sehouli, Marrakesch, bebra verlag 2018
Jalid Sehouli, Und von Tanger fahren die Boote nach irgendwo, bebra verlag 2016

Wie Ärzte schlechte Nachrichten gut überbringen

REZENSION
BERNADETTE REDL
6. April 2018, 07:09

66 POSTINGS

foto: istock
Die schlechte Nachricht muss sachlich, wahrhaftig und empathisch ausgesprochen werden. Der Arzt sollte sich immer wieder die Perspektiven des Patienten in Erinnerung rufen, sagt Sehouli.

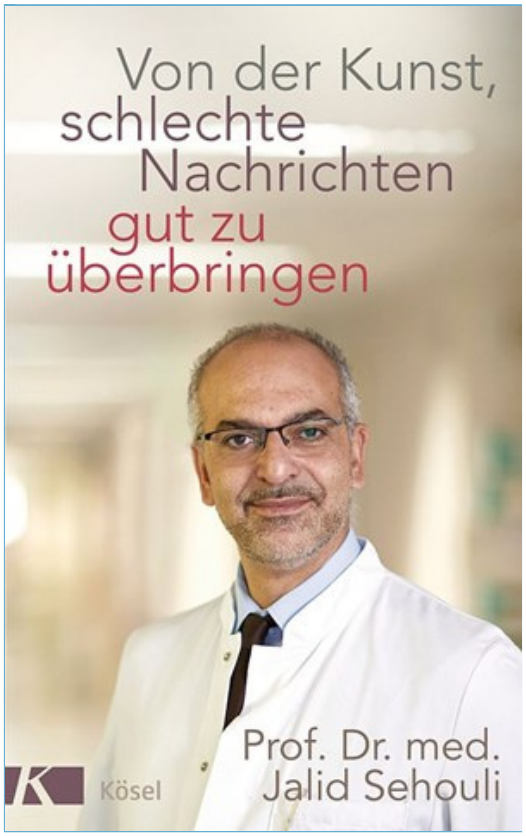


foto: kösel
Jalid Sehouli: "Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen"
€ 20,60 / 192 Seiten, Kösel, 2018

Gespräche sind für viele Menschen eine Möglichkeit, das Monster Erkrankung kleiner werden zu lassen. Entscheidend dabei: Das gekonnte Überbringen schlechter Nachrichten

"Haben Sie einen Bausparvertrag?", fragt der Arzt.
"Ja", antwortet die Patientin.
"Dann kündigen Sie den bitte, und zwar bald."

Schlechte Nachrichten zu überbringen liegt nicht jedem, weiß der Mediziner Jalid Sehouli. Den oben geschilderten Dialog, den ihm eine Patientin einmal erzählt hat, gibt er in seinem Buch "Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen" wieder. Sein Rat: zu weniger brutalen Worten greifen, auch wenn die besagte Patientin im Nachhinein dankbar war, wie Sehouli schreibt. "Das war starker Tobak, doch dieser Arzt war der Erste, der ehrlich zu mir war", erzählte sie ihm später.

Ehrlichkeit hält auch Sehouli für das oberste Gut, wenn es um das Überbringen von schlechten Nachrichten geht. Er ist sich sicher: Negatives einfühlsam mitzuteilen kann man lernen. Und: Selbst das Überbringen einer schlechten Nachricht kann Teil eines guten Gesprächs sein, wenn sich der Patient danach adäquat informiert fühlt und nicht ohne Orientierung und Hoffnung zurückbleibt. Sehouli ist Gynäkologe und Onkologe an der Charité in Berlin.

Darüber hinaus ist Sehouli Schriftsteller. Dass er schreiberisches Talent besitzt, zeigen im vorliegenden Buch berührende Geschichten von Begegnungen mit Patienten und deren Schicksalen, die der Autor romanhaft zwischen die Kapitel seines Sachbuches streut. "Geschichten vermitteln am besten einen Eindruck von der Herausforderung, schlechte Nachrichten zu überbringen", so der Mediziner.

Ratgeber für Todesnachrichten

Sein Buch richtet sich an Ärzte, die in ihrer Ausbildung meist nicht auf diese Aufgabe vorbereitet werden und sich ihre Methoden dafür oft bei älteren Kollegen abschauen – allerdings ohne zu reflektieren oder auf die Bedürfnisse der Patienten einzugehen. Gleichzeitig können sich auch Empfänger schlechter Nachrichten und Angehörige mithilfe des Buches darauf vorbereiten, was in einem solchen Gespräch auf sie zukommt. Und: Viele Menschen müssen in ihrem Leben schlechte Nachrichten überbringen, etwa an Freunde oder Verwandte – seien es Diagnosen von schweren Erkrankungen oder Todesnachrichten. Auch für sie ist dieses Buch ein Ratgeber.

Viele Mediziner, so Sehouli, wählen einen scheinbar einfachen, emotionsarmen Zugang nach dem Motto: "Hier sind ihre Diagnose, Prognose und der Behandlungsplan – einverstanden?" Er weiß: Patienten wollen Wertschätzung, Hilfe,

bezahlte Anzeige

Hund hört nicht?

Einfache Anleitungen. Schritt für Schritt erklärt. Für alle Hunderassen.

Mein Hund mein Freunc

Tipps zur Krankheitsbewältigung – und nicht nur eine Diagnose und eine OP. In seinem Buch stellt der Autor Kommunikationsmodelle aus der internationalen Literatur vor, die er für sich selbst individuell variiert und abgewandelt hat.

Konkret muss das Gespräch zuerst beim Patienten angekündigt werden. Im Idealfall werden zwei Termine vereinbart – einer für die Nachricht selbst, einer für die Besprechung weiterer Schritte. Der Überbringer muss gut vorbereitet sein, alle Befunde kennen, Infos über den Patienten einholen und sich einen Gesprächsfaden überlegen, empfiehlt Sehouli.

Angehörige als Verbündete

Patient und Mediziner sitzen im Idealfall auf Augenhöhe, nicht direkt gegenüber, an einem ruhigen Ort und sprechen unter vier Augen oder in Anwesenheit einer Begleitperson. Es könne hilfreich sein, so der Autor, Angehörige als Verbündete zu gewinnen. Zu Beginn muss der Patient "abgeholt werden", wie der Mediziner schreibt. Wie geht es ihm? Wie nimmt er seine Krankheit wahr? Und vor allem auch: Wie offen will der Patient überhaupt informiert werden?

Vor der eigentlichen Nachricht empfiehlt Sehouli, eine Art Warnung zu vermitteln. Das kann ein trauriger Blick sein oder Worte, die das eigene Bedauern ausdrücken, etwa: "Es tut mir leid, ich muss Ihnen jetzt eine schwierige Nachricht überbringen."

Die schlechte Nachricht muss anschließend sachlich, wahrhaftig und empathisch ausgesprochen werden. Der Arzt sollte auf Fremdwörter oder Formulierungen wie "positiver Befund", die für den Patienten eventuell verwirrend sein könnten, verzichten. Neben all dem muss der Überbringer die Emotionen des Gegenübers erfassen und respektieren und sich immer wieder die Perspektiven des Patienten in Erinnerung rufen.

Nicht nach dem Guten suchen

Auch darf das Gespräch nicht künstlich verlängert werden. Sehouli weiß, dass viele Ärzte in diesen Unterhaltungen unentwegt versuchen, Pausen zu füllen und nach dem Guten zu suchen. Er hingegen rät: "Nach der Nachricht können Pause zugelassen werden, das müssen wir aushalten. Für die Betroffenen wirken sie oft heilend und stärkend." Am Ende des Gesprächs steht eine Zusammenfassung, hier sollten einige kurze Sätze formuliert werden, die der Patient sich merken kann.

Seine Handlungsempfehlungen veranschaulicht Sehouli mit Erzählungen aus seinem Alltag als Arzt. Zuweilen wirkt das etwas unstrukturiert, an manchen Stellen wiederholen sich seine Ratschläge. Ganz am Ende findet der Leser jedoch hilfreiche Checklisten, die kurz zusammenfassen, wie Mediziner und andere Überbringer von Krankheits- und Todesnachrichten sowie Empfänger der Nachrichten und Angehörige sich darauf vorbereiten können.

Für sich selbst als Arzt hat Sehouli einen ganz eigenen Weg gefunden, mit dem regelmäßigen Überbringen schlechter Nachrichten umzugehen. Neben schlechten gibt es nämlich auch zahlreiche gute Nachrichten im Alltag von Ärzten und Patienten. Diese zelebriert er und kostet sie gemeinsam mit

seinen Patienten aus. Am Ende jedes Arbeitstages versucht er einen Patienten zu besuchen und ihm eine gute Nachricht zu überbringen. Sehouli: "So lassen sich auch die schlechten Nachrichten besser ertragen. Es ist mein ganz persönlicher Versuch, nicht vor den Bad News zu kapitulieren." (Bernadette Redl, 6.4.2018)

Mehr zum Thema

Nocebo-Effekt: Was Ärzte keinesfalls sagen sollten

Spital: Umfeld bestimmt den Erfolg medizinischer Therapien

Als Arzt empathisch sein

"Der Arzt muss erkennen, was für ein Mensch ihm gegenübersitzt"

Mehr zu "Arzt-Patient"

Weitere "Medizinbücher"

© STANDARD Verlagsgesellschaft m.b.H. 2018

Alle Rechte vorbehalten. Nutzung ausschließlich für den privaten Eigenbedarf.
Eine Weiterverwendung und Reproduktion über den persönlichen Gebrauch hinaus ist nicht gestattet.

. . . . .

„Es ist unser Herz, das unserem Leben die Farben gibt“

Professor Dr. Jalid Sehouli ist ein weltweit anerkannter Frauenmediziner und Forscher. Jemand, der mit beiden Beinen fest auf dem Boden steht. Bis eine afrikanische Metropole seine Lehrmeisterin wird – und ihn für immer verändert

Was ist Liebe?

Ich war sieben und lernte eine ganz besondere Liebe kennen: Monatelang lag ich im Krankenhaus, eingegipst bis zur Hüfte – ein Verkehrsunfall. Ich bewunderte die Schwestern und Ärzte, ihr beruhigendes Für-mich-da-Sein und dass sie mich schließlich gesund machten. Seitdem verbinde ich Liebe eng mit Nächstenliebe; ihretwegen wollte ich Arzt werden. Liebe ist größer als der größte Stein des Universums. Liebe heißt für mich aber auch: Marrakesch.

Warum?

Hier ist alles anders: das Licht. Der Tausch von Worten, Tönen, Waren. Als ich vor zehn Jahren das erste Mal herkam, spürte ich, wie meine Schritte auf dem Weg zum Hauptplatz plötzlich schneller und leichter wurden, wie meine Sinne sich zu erwärmen begannen, um bald darauf zu erglühen. Ich sah die Gaukler, Medizinmänner, die Derwische und merkte, wie blind und taub ich an anderen Orten war. Je mehr ich meine Sinne entfaltete, umso mehr konnte ich die Farben Marrakeschs erkennen – und die der Welt. Farben, die ich vorher noch nie gesehen hatte. Farben, die mir Kraft und Lebensfreude schenken. Es ist stets das eigene Herz, das dem, was der Mensch sieht, hört und spürt, Farben gibt. Marrakesch half mir, meiner inneren Stimme einen – meinen – Charakter zu geben. Den Dialog mit mir selbst zu führen, was letztlich bedeutet, sich zu erleben – und zu erlieben. In Marrakeschs Schutz wagte ich, tief nach innen zu schauen, meinen Blick neu zu justieren.

Was haben Sie dabei erfahren?

Ich dachte lange über Sehnsucht nach, darüber, wonach ich suche. Meine Wurzeln? Weckt Marrakesch deshalb diese Wärme in mir? Ich bin in Berlin geboren, im Stadtteil Wedding, in der Klinik, in der ich seit meinem Studium tätig bin. Wedding galt als Arbeiterviertel, als rot – die bestimmende Farbe von Marrakesch. Meine Eltern kamen in den 60er-Jahren aus Tanger. Mutter war gelernte Schneiderin; Analphabetin. Anfangs, als alles noch fremd war, malte sie mit Kohle Zeichen auf die Trottoirs, damit sie den Weg zurück nach Hause fand. Sie arbeitete als Stationshilfe im Krankenhaus. Ihre Kinder sollten es einmal besser haben – für mich und meine Geschwister war die Last, sie nicht zu enttäuschen, groß. Vielleicht beschreibt meine Sehnsucht nach Marrakesch aber auch die Sehnsucht nach meinem Vater, der vor über 20 Jahren seine Familie verließ und für immer nach Tanger zurückkehrte. Meine Mutter und meine Geschwister haben ihm das nie verziehen. Jetzt wollte ich ihm sagen, dass ich seine Entscheidung akzeptierte. Dass er der Sehnsucht seiner Seele folgen musste. Bis dahin hatte ich ihm viele wichtige Dinge nicht erzählt. Das konnte ich nun ändern. Ich verstand, dass sich Menschen, Beziehungen, und, ja: auch Städte mit der Zeit verändern. Dass die Toleranz und Akzeptanz dessen zu den schwersten Aufgaben in unserem Leben gehört.

Was bedeutet Ihnen Glaube?

Glaube hilft, nicht die letzte Instanz zu sein. Ich glaube, dass Wissenschaft und Spiritualität, aber auch Religiosität einander nicht widersprechen. Und dass im Sinne der Ganzheitlichkeit Glaube hilfreich sein kann. Bereichernd.

Was bedeutet Hoffnung?

Sie muss wahrhaftig sein, damit ich meinen Weg finden kann. Eine Geschichte zu erzählen, hat etwas Hoffnungsvolles. Weil davon eine gewisse Kraft ausgeht, weil sie Überraschungen, Entdeckungen, Lachen und Nach-vorn-Schauen in sich birgt. Weil sie uns mit unseren Gedanken spielerisch umgehen lässt. Weil sie einen Anfang braucht, aber nicht unbedingt ein Ende.

Prof. Dr. Jalid Sehouli (49) leitet die gynäkologische Klinik der Charité; ist ihr Ordinarius und Hochschullehrer. Er ist verheiratet, hat vier Kinder; fährt gern nach Marrakesch. Jalid Sehouli schreibt wundervolle Bücher, in denen er Philosophisches mit Autobiografischem verknüpft und auch Geschichten erzählt: „Und von Tanger fahren die Boote nach irgendwo“, „Marrakesch“ (je 22 €, beide im Bebra Verlag). Er engagiert sich sehr für eine Arzt-Patienten-Kommunikation „auf Augen- und Herzenshöhe“. Dazu schrieb er soeben ein Buch: „Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen“ (20 €; Kösel)

INTERVIEW **SYLVIA NAUSE-MEIER** FOTO **MARION HUNGER**

„Den Dialog mit mir selbst zu führen, bedeutet, mich zu erleben - und zu erlieben."

»Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen«

Redaktionsgespräch mit Jalid Sehouli zu seinem neuen Buch

Herr Professor Sehouli, Sie haben ein neues Buch zu einem in der Medizin kaum angesprochenen Thema geschrieben.

Ja, so ist es. Obwohl ein Arzt etwa 200.000 schwierige Gespräche im Laufe seines Berufslebens führt, wird dieses Thema nur unzureichend im Medizinstudium und in der Weiterbildung berücksichtigt. Auch im klinischen Alltag wird wenig über Kommunikation mit Patienten und Angehörigen gesprochen. Strukturierte Programme würden helfen, damit das Arzt-Patienten-Gespräch für alle Beteiligten besser wird.

Es gibt einige Studien, die zeigen konnten, dass Ärzte, die ein solches Programm durchlaufen haben, weniger Stresshormone produzieren und seltener »ausbrennen«. Das kann vor dem gefürchteten »Burn out Syndrom« schützen. Grund für mein neues Buch war, Defizite in der Aus- und Weiterbildung zu thematisieren und Forderungen an unsere Gesellschaft zu formulieren.

Welche speziellen Aspekte sehen Sie bei der Übermittlung von schlechten Nachrichten?

Wichtig ist, dass die Patientin auf die schlechte Nachricht vorbereitet wird. Es sollte also eine Ankündigung so früh wie nur möglich erfolgen. Das könnte man mit einem Auffahrunfall bei sehr geringer Geschwindigkeit vergleichen. Wenn man vorbereitet ist, wird der Aufprall besser überstanden, als wenn er völlig überraschend kommt. Das ist eine der Kernbotschaften, die wir in unseren Seminaren mit Ärzten und Studenten lehren. In unseren Studien wird oft moniert, dass den Patienten häufig nicht angeboten wird, eine Vertrauensperson zum Gespräch mitzubringen. Nach unseren Studien der Charité wünschten sich dies mehr als 80 % der Frauen.

Die Realität sieht anders aus: 80% der Frauen waren allein.

Ein weiterer Kernaspekt bei der Übermittlung von schlechten Nachrichten ist, dass der Arzt alle Emotionen der Patientinnen wahrnehmen und respektieren sollte. Gesprächspausen erlauben dabei den Patientinnen, sich selbst zwischendurch neu zu orientieren. In unseren Seminaren erleben wir, wie schwer es Ärzten im Gespräch zu schlechten Nachrichten fällt, einmal nichts zu sagen, sondern die Patientin denken oder sprechen zu lassen. Im Allgemeinen werden viel zu viele Informationen auf einmal gegeben.

Aus wissenschaftlichen Untersuchungen ist bekannt, dass Menschen, die eine existentielle Nachricht wie die Aussage »Sie haben Krebs« hören, in diesem Moment schlechter sehen, riechen, fühlen und hören. Daher sollte der Arzt die Patientin mit Informationen nicht überfrachten. Besser ist es, diese auf einen nächsten und verbindlichen Termin aufzuteilen bzw. zu verlegen. Nach der Übermittlung einer schlechten Nachricht ist die Konzentration auf ganz einfache Dinge, z. B. wie die Patientin nach Hause kommt, ob eine Vertrauensperson herbeigerufen werden sollte oder andere naheliegende Dinge wichtiger.

Was kann eine Betroffene denn selber tun, wenn Sie eine schlechte Nachricht erhält?

Ja, auch diese Frage habe ich mir für mein neues Buch gestellt und mit vielen Patientinnen und ihren Angehörigen darüber gesprochen. Dabei habe ich die unterschiedlichsten Antworten erhalten.

Vertrauen zu anderen Menschen, aber auch zu sich selbst, wurde immer wieder genannt. Zeit und Raum zu haben, wurde ebenfalls oft erwähnt. Gemeint ist, dass Trauer Raum für sich selbst und die Verarbeitung der schlechten Nachricht Zeit benötigen. Alle Emotionen und Reaktionen, wie z. B. Wut und Schreien, müssen in der Trauer erlaubt sein.

Prof. Dr. med. Jalid Sehouli
Direktor der Klinik für Gynäkologie, Charité-Universitätsmedizin Berlin (Campus Virchow-Klinik, Campus Benjamin Franklin), Leiter des Europäischen Kompetenzzentrums für Eierstockkrebs

Es empfiehlt sich, Dingen, die einem Zeit und Raum nehmen, an andere Menschen zu delegieren oder zurückzustellen. Enge Beziehungen können starke Anker bei der Bewältigung schlechter Nachrichten sein. Natürlich hat jeder Mensch unterschiedliche Quellen für seine Stabilisierung. Jeder von uns sollte versuchen, sich die dominierenden Energiequellen bewusst zu machen, die seine Lebensenergie befördern. Das kann der Partner, die Familie, die Musik, das Reiten oder das (kreative) Schreiben und Malen sein. Sprechen, ob mit sich selbst und/oder anderen, hilft am besten, so meine Erfahrung.

Warum haben Sie für dieses Thema kein normales Sachbuch geschrieben, sondern viele Geschichten über menschliche Schicksale als Kern Ihres Buches gewählt?

Das Leben schreibt einfach die besten Geschichten. Sie bieten einen wunderbaren Zugang zu diesem so sensiblen Thema. Zudem wollte ich mit all den persönlichen Erfahrungen zeigen, wie unterschiedlich die Bewältigung von schlechten Nachrichten sein kann. Und wie wichtig die Gedanken des Gespräches sind. Stets geht es aber um die Beziehung und darum, Haltung zu finden und zu bewahren. Geschichten zu erzählen ist meiner Meinung nach ein wunderbares Instrument, um die notwendige Achtsamkeit zu lehren. Das meint auch die sogenannte narrative Medizin. Und es steht in keiner Weise in Konflikt zur Wissenschaft, sondern es ist Teil von ihr und der modernen Medizin.

Ist das Buch nur für Krebskranke?

Nein, das Thema ist so alt wie die Menschheitsgeschichte selbst und betrifft letztendlich alle Bereiche unserer Gesellschaft. »

Ich habe in diesem Buch versucht, alle Beteiligten anzusprechen und ihre Perspektiven zu zeigen, also die Patientinnen, die Angehörigen und Freunde, aber natürlich auch Ärzte und Krankenschwestern. Und ich beschreibe auch die Herausforderungen in anderen Berufen, die für das Thema »Übermittlung von schlechten Nachrichten« verantwortlich sind, also die Polizei und Feuerwehr, die Sanitäter, aber auch die Arbeitswelt insgesamt, wenn es um den Verlust von Arbeitsplätzen geht.

Ich denke, dass es wichtig ist, immer die Sicht der anderen zu sehen. Das üben wir in unseren Seminaren in Form von Rollenspielen und machen dabei sehr gute Erfahrungen. Achtsamkeit ist eine der entscheidenden Tugenden für ein gutes zwischenmenschliches Gespräch.

Professor Sehouli, wir danken Ihnen sehr für das Interview.

Das Interview führte Joachim Herchenhan.

Wie bereite ich mich auf ein Gespräch vor, bei dem es um eine schlechte Nachricht geht?

Für alle Seiten ist es wichtig, sich auf die Übermittlung einer schlechten Nachricht vorzubereiten. Das gilt für die Ärzte, die Patienten und auch für eventuelle Begleitpersonen. An dieser Stelle geht es darum, wie Sie als Patientin sich auf das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt vorbereiten können. Diese Tipps können auch für den Überbringer einer schlechten Nachricht nützlich sein, denn es kann helfen, die Perspektive seines Gesprächspartners einzunehmen.

KANN ICH MICH AUF DAS GESPRÄCH VORBEREITEN?

Kann ich den Zeitpunkt mitbestimmen? Möchte ich, dass eine Vertrauensperson dabei ist? Wer sollte dabei sein, wenn es eine gute Nachricht wird? Wer, wenn es eine schlechte Nachricht wird?

WIE KANN ICH ALLE INFORMATIONEN, DIE MIR MITGETEILT WERDEN, ERFASSEN?

Fragen Sie nach oder bitten Sie Ihre Vertrauensperson, Notizen zu machen. Grundsätzlich werden aber im Gespräch zu schlechten Nachrichten eher zu viele als zu wenige Informationen gegeben. In Folgegesprächen können weitere Informationen eingeholt werden.

FORDERN SIE PAUSEN EIN UND VERSUCHEN SIE SELBST, IHRE EMOTIONEN UND GEDANKEN AUSZUDRÜCKEN!

Nehmen Sie sich alle Zeit, die Sie brauchen, um sich zu orientieren und um dem weiteren Gespräch folgen zu können. Ist Ihnen alles zu viel, sagen Sie es und bitten Sie um eine kleine Auszeit.

KONZENTRIEREN SIE SICH AUF DIE KERNBOTSCHAFT DER SCHLECHTEN NACHRICHT.

Was ist die Kernbotschaft? Habe ich sie verstanden? Kann ich sie meinen Angehörigen schildern?

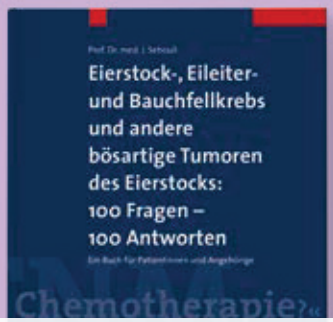
BITTEN SIE DEN ÜBERBRINGER DER SCHLECHTEN BOTSCHAFT ABSCHLIESSEND, EIN FAZIT ZU FORMULIEREN.

Wie kann mir jetzt geholfen werden? Was könnten die nächsten praktischen Schritte sein? Wer kann mich dabei unterstützen? Wer kann meine Trauer und Unsicherheit begleiten? Bei wem kann ich heute bleiben? Wie komme ich jetzt nach Hause? Was hat mir sonst im Leben im Umgang mit schlechten Nachrichten geholfen?

Aus: Jalid Sehouli: „Von der Kunst schlechte Nachrichten gut zu überbringen."
Gebundene Ausgabe: 192 Seiten, Verlag: Kösel-Verlag, ISBN-13: 978-3861247005

BÜCHER UND WEBSITES

für Patientinnen und Interessierte



Eierstock-, Eileiter- und Bauchfellkrebs und andere bösartige Tumoren des Eierstocks: 100 Fragen – 100 Antworten. Ein Buch für Patientinnen und Angehörige
Autor: Prof. Dr. med. Jalid Sehouli
ISBN: 978-3867480000, akademos Wissenschaftsverlag

Krebs und Kinderwunsch: 100 Fragen – 100 Antworten
Autoren: Dr. med. Andreas Jantke, Prof. Dr. med. Kai J. Bühling, Prof. Dr. med. Jalid Sehouli
ISBN: 978-3-86748-008-6
akademos Wissenschaftsverlag

Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen
Autor: Prof. Dr. med. Jalid Sehouli
ISBN: 978-3466347025, Kösel-Verlag

Medikamente gegen Eierstock-, Eileiter- und Bauchfellkrebs: Wirkungen und Nebenwirkungen
Autor: Prof. Dr. med. Jalid Sehouli
akademos Wissenschaftsverlag, Neuauflage 2018

Eierstockkrebs. Ratgeber für Patientinnen und Angehörige
Autoren: Prof. Dr. med. Jalid Sehouli und Prof. Dr. med. Werner Lichtenegger
ISBN 978-3867480031, akademos Wissenschaftsverlag

Mit Schreiben zur Lebenskraft – Ein Übungsbuch für Frauen mit Krebserkrankungen
Von: Susanne Diehm, Jutta Michaud und Prof. Dr. med. Jalid Sehouli, mit Illustrationen von Dr. Adak Pirmorady
Bestellbar bei der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs

Krebs Kung Fu: Eine Geschichte vom Kampf gegen den Krebs
Autorin: Anna Faroqhi
ISBN: 978-3861247036, bebra verlag

Website der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs
www.stiftungeierstockkrebs.de

Informationswebsite für Patientinnen mit malignem Aszites
www.maligner-aszites.de

Informationen und Hilfsangebote zum Thema erblich bedingter Eierstockkrebs
www.brca-netzwerk.de

Potsdam.tv

u.a. 28.03.2018, 19 Uhr

http://www.potsdam.tv/sendungen/40/2848/Prof.%20Dr.%20med.%20Jalid%20Sehouli.html

POTSDAM tv meine stadt. mein fernsehen.

START | AKTUELL | ÜBER UNS | SERVICE | PARTNER | KONTAK

Prof. Dr. med. Jalid Sehouli

Der Talk mit Gunnar Schupelius Die Sendung „Was trägt Dich?“ wird von dem Berliner Publizisten Gunnar Schupelius moderiert. Schupelius lädt seine prominenten Gäste aus Wirtschaft, Politik, Kultur und Unterhaltung zu einem Gespräch über die wichtigsten Fragen des Lebens ein: Worauf kann ich mich verlassen, wenn alles schief läuft? Wer ist noch da, wenn ich verlassen bin? Wie schöpfe ich Mut, wenn meine Kraft schwindet? Wie habe ich Ungerechtigkeit ertragen? Was zählen Freundschaften, wie viel die Liebe? Was gibt mir die Natur? Schupelius entlockt seinen Gesprächspartnern mit seiner bekannten subtilen Fragetechnik erstaunliche Geständnisse. Er öffnet die Herzen und bringt Neues über Menschen zu Tage, die der Zuschauer kennt, von denen er aber so vieles nicht weiß.

Schreiben beflügelt !

10. MÄRZ 2018 · 11:57

„Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen“

Meine schlimmste Nachricht – und wie sie mir überbracht wurde

Man kann sich kaum ausmalen, wie viele Menschen jeden Tag eine erschreckende, völlig unerwartete Todesnachricht übermittelt bekommen. Ich habe im letzten Jahr selbst erleben müssen, wie furchtbar es ist, wenn ein Notfallarzt bei einem Rettungseinsatz „Keine Hilfe mehr möglich“ sagt, ohne einen anzuschauen, ohne Vorbereitung, ohne helfende Hand. Habe erlebt, wie sich der Boden unter den Füßen auftut und das Entsetzen breit macht. Wir sind nach Hause gestolpert, ohne dass psychologische Hilfe angeboten oder gefragt wurde, wie wir denn im akuten Schock nach Hause kommen. Meine Tochter, die bei mir war, hatte selbst in diesem erschütternden Moment noch die Größe, sich beim Rettungsteam zu bedanken – dazu war ich nicht in der Lage.

Es gibt so viele Situationen, in denen Menschen schlechte Botschaften übermitteln müssen…

Oft sind sie psychologisch nicht oder nicht genügend geschult, wissen nicht darum, wie gute Kommunikation die Situation erleichtern könnte, das schwere Schicksal anzunehmen.

Das neue Buch von Prof. Dr. Jalid Sehouli

„Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen“ heißt das neue Buch von Professor Dr. Jalid Sehouli. Er ist Arzt und weltweit führender Krebsspezialist – einer, der dabei Mensch geblieben ist, Gefühle auch im Klinikalltag für wichtig hält und uns zeigt, wie gute Kommunikation in schwierigsten Situationen zu bewältigen ist.

Das Buch hat mich sehr beeindruckt. Zunächst hat es mich tierisch wütend gemacht – denn ich konnte sehen, was in unserer Situation – in der wir vom Herztod eines geliebten Menschen so brutal erfahren haben – erleichternd gewesen wäre, aber nicht stattgefunden hat.

Da gibt es Kurse an der Charité, die Ärzten mit Rollenspiel und gewissenhafter Anleitung vermitteln, wie sie beim Überbringen schlechter Botschaft vorgehen; aber unsere Polizei und die Rettungsteams haben keinen Schimmer? Wollen nur den Personalausweis sehen, mit dem man beweist, dass man verwandt ist? Gucken sonst beiseite? Kein entspannendes, mitfühlendes Wort? Wie kann das sein? Und, oh je, wie oft am Tag wird das überall geschehen?

„Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen“ – dem Autor ist es gelungen, in einer ruhigen, kompetenten Sprache sein Fachwissen zu vermitteln. Dazwischen berührende Erzählungen aus seinem Erfahrungsschatz. Es ist ganz anders als seine Bücher davor, *Marrakesch* und *Tanger*, in

denen man Jalid Sehouli, seine Gedichte und Geschichten als Poeten wahrnimmt. Im neuen Buch, das auf der diesjährigen Leipziger Buchmesse vorgestellt werden wird, spricht der Fachmann.

Auch in diesem neuen Buch steckt viel Herz, aber er hat darüber hinaus seine Botschaft sehr klug und überzeugend verpackt: So, dass sie keine vehemente Anklage der Missstände ohrfeigenartig verteilt, sondern Schritte aufzeigt, wie die Situation zu verbessern ist. Ganz analog dazu, wie Training für das Überbringen der Botschaft vorzunehmen wäre. Wie auch die gute Botschaft zelebriert werden sollte. Wie ... so viele Themen, Hintergründe und Probleme spricht er an. Und zu den Lösungen gehört es, dieses Buch zu lesen. Sowohl für Botschaften verteilende als auch Botschaften empfangende Menschen eine Offenbarung.

Susanne Diehm.

Hier mehr zum Autor:

FAZ Sehouli

ADVERTISEMENT