Wir fragen nur nach dem, was wir auch aushalten können

Über Wahrheit, Schutz und Ungleichzeitigkeiten in Krankheitssystemen

Eine Freundin von mir steckt gerade in einer bedrückenden Situation. Ihre Mutter ist an Krebs erkrankt. Als ich sie anrufe, frage ich zunächst ganz vorsichtig, wie es ihr geht und wie die Lage insgesamt ist. Wir sprechen ein wenig, und sie erzählt von befallenen Lymphknoten, von Befunden, von einer Einstufung der Erkrankung auf einer Aggressivitätsskala. Es sind sachliche Informationen, medizinisch eingeordnet, fast nüchtern erzählt.

Dann stockt das Gespräch. Sie berichtet, dass ihr Vater mit dem Arzt gesprochen hat – und an dieser Stelle brechen die Informationen ab. Ich frage nach, was noch wichtig sein könnte, wie die Aussichten sind, welche Therapien im Raum stehen, was als Nächstes ansteht. Und sie sagt, dass sie glaubt, dass ihr Vater ihr das vielleicht gar nicht sagen wird. Dass er selbst nicht alles weitergegeben hat.

Als Freundin kann ich mir erlauben, das auszusprechen. Ich sage ihr, dass sie trotz ihrer über vierzig Jahre vermutlich immer noch Tochter ist. Und dass Eltern, auch gegenüber erwachsenen Kindern, manchmal schützen wollen. Vielleicht versucht ihr Vater, sie vor Wahrheiten zu bewahren, die schwer auszuhalten sind. Das ist in Familien nichts Ungewöhnliches. Gleichzeitig sage ich auch: Vielleicht braucht ihr gerade ein Stück Klarheit. Nicht jede Wahrheit auf einmal, nicht alles ungefiltert – aber einen klaren Blick auf das, was ist. Weil es jetzt Dinge zu organisieren gibt. Weil Entscheidungen anstehen. Weil Ungewissheit manchmal schwerer wiegt als eine schlechte Nachricht.

Ein paar Tage später telefonieren wir erneut. Sie erzählt mir, dass sie ihren Vater direkt noch einmal gefragt hat. Und dass er ihr gesagt hat, dass er sich nicht getraut hat, den Arzt nach Zukunft, nach Hoffnung, nach Zuversicht zu fragen. Nicht aus Desinteresse. Sondern aus Angst vor der Antwort.

Und genau hier, denke ich, liegt ein zentraler Punkt.

In meinen Kursen, wenn wir über Kommunikation, Wahrheit und den Umgang mit schwierigen Fragen sprechen, höre ich von unerfahrenen Pflegenden immer wieder dieselbe Sorge: Was ist, wenn jemand eine ganz krasse Frage stellt? Was ist, wenn ich etwas beantworten müsste, das jede Hoffnung nimmt? Was mache ich dann? Meine Antwort – und auch die Resonanz erfahrener Pflegekräfte – ist oft dieselbe: Ich glaube nicht, dass Menschen Fragen stellen, deren Antwort sie nicht zumindest ansatzweise verkraften können. Nicht zu diesem Zeitpunkt. Nicht in diesem Moment.

Ich glaube, wir brauchen Zeit, um Antworten überhaupt hören zu können. Und erst dann stellen wir die entsprechenden Fragen. Es ist nicht so, dass wir immer alle Informationen gleichzeitig brauchen oder wollen. Wir fragen nach dem, was wir gerade aufnehmen und verarbeiten können. Nicht mehr – und manchmal auch nicht weniger. So ist es auch im Umgang mit Diagnosen. Oder mit Prognosen. Oder mit Therapieentscheidungen. Vieles ist ein Hineinwachsen. Ein Entwicklungsprozess. Etwas, das sich nicht erzwingen lässt und das von außen oft schwer nachvollziehbar ist.

Gerade im Kontext von Pflege und Betreuung begegnen wir immer wieder dieser Ungleichzeitigkeit. Patient:innen, Angehörige, Ärzt:innen, Pflegende – sie stehen oft an unterschiedlichen Punkten, obwohl sie über dieselbe Situation sprechen. Während Patient:innen in ihrem Körper sehr genau spüren, dass etwas nicht stimmt, spielen sie mögliche Szenarien innerlich längst durch. Der Worst Case ist oft schon gedacht. Vielleicht mehrfach.

Angehörige hingegen haben manchmal mehr Möglichkeiten zur Verdrängung. Oder zum Schutz. Aus guter Absicht heraus. Weil sie lieben. Und weil sie Angst haben. Und vielleicht ist es auch ihre Rolle als Angehörige, so lange Hoffnung und Zuversicht aufrechtzuerhalten und damit das System Familie zusammenzuhalten.

Ich glaube nicht, dass man Menschen wirklich schützen kann, indem man Informationen zurückhält. Ein Mensch, der schwer erkrankt ist, wohnt in seinem Körper. Er spürt Veränderungen, Brüche, Bedrohung. Und oft sind die inneren Bilder ohnehin schon da.

Gleichzeitig glaube ich aber, dass wir uns immer in Systemen bewegen. In Sorgegemeinschaften. In Familien, in Partnerschaften, in Teams. Und in diesen Systemen handeln Menschen meist in guter Absicht. Ein Ehemann schützt vielleicht seine Frau, ein Vater seine Tochter. Informationen werden dosiert, geteilt oder auch zurückgehalten – nicht aus Macht, sondern aus Verbundenheit. Vielleicht fällt es und in der Pflege manchmal schwer, diesen systemischen Blick einzunehmen. Wir sind es gewohnt, auf einzelne Menschen zu schauen, auf Symptome, auf Fragen, auf Bedürfnisse im Hier und Jetzt. Das ist unsere große Stärke – und zugleich eine Grenze. Denn Krankheit passiert nie isoliert. Sie verändert Beziehungen, Rollen und Verantwortlichkeiten. Sie verschiebt Nähe und Distanz. Und sie bringt Menschen an unterschiedliche Punkte innerhalb desselben Systems.

Wenn wir systemischer denken, sehen wir nicht nur die Patientin oder den Patienten vor uns, sondern auch die Sorgegemeinschaft dahinter. Wir erkennen, dass Angehörige nicht einfach „nicht nachfragen“, sondern sich vielleicht an einem anderen Punkt befinden. Dass Zurückhaltung Schutz sein kann. Dass Offenheit manchmal Überforderung bedeutet. Und dass jedes System versucht, sich auf seine Weise stabil zu halten – auch dann, wenn diese Stabilität von außen betrachtet fragil oder widersprüchlich wirkt.

Für Pflege heißt das nicht, alles erklären oder alles lösen zu müssen. Es heißt, Spannungen wahrzunehmen, ohne sie sofort aufzulösen. Zu verstehen, dass Ungleichzeitigkeiten kein Fehler sind, sondern Ausdruck von Beziehung. Und dass professionelle Haltung oft genau darin liegt, diese Dynamiken auszuhalten, statt sie vorschnell zu korrigieren.

Vielleicht ist es hilfreich, sich immer wieder daran zu erinnern: Wir fragen nur nach dem, was wir aushalten können. Und manchmal wachsen wir erst in diese Fragen hinein.

Und vielleicht beginnt gute Begleitung genau dort – wo wir nicht drängen, nicht beschleunigen und nicht schützen müssen, sondern bereit sind, das auszuhalten, was gerade da ist.

„Verstehen heißt nicht auflösen, sondern aushalten.“ (Karl Jaspers)