

NEUGIER IST DER BEGINN VON ALLEM



Pflegealltag. Neugier – neu und Gier. Genau betrachtet ein seltsamer Begriff. Gier ist eine Todsünde und Neues auch nicht automatisch besser als das Alte. Also: Braucht es tatsächlich wirklich unbedingt Neugier, um in der Pflegebranche einen guten Job zu machen? Die Antwort lautet: Ja, natürlich! Aber eben nicht nur – und auch nicht zu viel. Um das zu verstehen, schauen wir uns die prähistorischen Erfinder des Grillens und körpereigene Drogen an. Unter anderem ...

Von Margit Hertlein

Fangen wir von vorne an. Also von ganz vorne ... Experten sind sich sicher: Der Mensch war auch bloß ein Affe, bis vor zwei Millionen Jahren jemand das gepflegte Barbecue erfand. Von da an war Fleisch für den Menschen nicht nur genieß-, sondern auch lagerbar, und die nächsten paar Jahrhunderttausende war der Homo erectus mit Jagen, Grillen, Fleisch essen und Gehirn wachsen lassen beschäftigt. Irgendwo musste das viele Eiweiß in der neuen Kost schließlich hin. Was dieser kleine Exkurs mit Neugier zu tun hat? Naja, was glauben Sie wohl, wer herausbekommen hat, dass Fleisch besser wird, wenn es im Feuer eines Blitzeinschlags verbrennt. Sicher nicht der, der beim ersten Anzeichen des Unwetters die Biege in die dunkle, aber vertraute Höhle machte. So gesehen steht die Neugier also am Beginn des modernen Menschen. Und sie begleitet ihn seither.

Neugier verschwindet oft mit Eintritt in die Schule

Zu erkennen, dass Neugier zum Menschsein gehört, dazu braucht es nur einen Tag im örtlichen Kindergarten. Da wird geschüttelt, geschmissen, gepatscht und vor allem mit großen Augen gestaunt. Der Drang, das Unerwartete zu erklären, so beschreibt der Entwicklungspsychologe Jerome Kagan die Neugier von Kindern. Er beklagt allerdings auch, dass die Neugier mit Eintritt in die Schule häufig zu verschwinden beginnt. Eine kuriose Entwicklung, denn Neugier ist ja im Grunde die Freude daran, Neues zu lernen. Und was anderes sollte in der Schule geschehen?

Das Problem ist, dass sich die spielerische Neugier von Kindern schwer tut mit strammen Lehrplänen. Wenn gepaukt werden muss, und dann auch noch etwas, was die eigene Neugierde sich nicht ausgesucht hat, ist es mit der Freude am Lernen schnell vorbei. Und dieser Mechanismus ist auch dem Beruf nicht fremd. Die na-

türlichen Feinde der Neugierde sind die Routine und das Müssen. Am Anfang eines Berufs sollten jedoch das Wollen und das Neue stehen. Wer als Berufsanfängerin das erste Mal in einem Krankenhaus ist, seine Premiere im Altenheim erlebt und nicht den Funken von Neugier auf die neue Aufgabe verspürt, der sollte den Job wechseln. Zumindest dann, wenn er den Anspruch hat, ihn irgendwann wirklich gut zu machen.

Die Neugier im Beruf ist zu vergleichen mit einem Samen, der zu Beginn einer Arbeitslaufbahn in die Erde des Alltags gepflanzt wird. Bald treibt ein kräftiger grüner Sprössling, der eines Tages zu einem knorrigen Baum werden soll, der auch dem härtesten Sturm gewachsen ist. Das zarte Pflänzchen der Neugier ist allerdings nicht besonders pflegeleicht. Geht man nicht sorgfältig mit ihm um, kann es mit dem jungen Grün bald vorbei sein. Die Neugier geht ein, die Flamme erlischt und die Menschen laufen mit stumpfen Augen durch den Berufsalltag. Tun, was von ihnen verlangt wird, weil es von ihnen verlangt wird.

Und das ist schlecht. Warum? Aus zwei Gründen. Es ist schlecht für die Leistung in der Pflege. Die Neugier ist es, die uns antreibt, uns intensiv mit dem zu beschäftigen, was wir täglich tun. Und zwar deswegen, weil wir es verstehen wollen. Und, wenn wir es verstanden haben, dann erkennen wir, wie etwas besser zu machen ist. Die Neugierde führt dazu, dass wir nicht wie Maschinen mechanisch unser Programm – bestehend aus zahlreichen, aneinander gereihten Routinen – abspulen, sondern auch noch nach Jahren neugierig und damit offen für Patienten sind.

„DIE NEUGIER IST ES, DIE UNS ANTREIBT, UNS INTENSIV MIT DEM ZU BESCHÄFTIGEN, WAS WIR TÄGLICH TUN“

Wer neugierig ist, ist zufriedener

Der Verlust der Neugier ist aber auch noch aus einem zweiten Grund fatal. Einem sehr persönlichen. Wer aufhört, neugierig zu sein, verzichtet auf eine fröhlich sprudelnde Quelle der Zufriedenheit. Der Schlüssel für Zufriedenheit ist nämlich im Grunde innere Unruhe. Das menschliche Gehirn hat mit Ruhe gar nicht viel am Hut. Es will beschäftigt werden. Ja, es hungert geradezu nach neuen, möglichst herausfordernden Aufgaben. Das Schöne ist, dass das Gehirn sich auch noch selbst belohnt für seine Umtriebigeit. Es reagiert mit der Ausschüttung von Dopamin auf neue Informationen und Erfahrungen. Dopamin ist biochemisch betrachtet die Grundzutat für Zufriedenheit. Wer dem ursprünglich angeborenen Trieb der Neugier folgt, macht also nicht nur einen besseren Job als derjenige, der mechanisch tut, was er tun soll, er ist auch noch zufriedener.

 Springer Medizin

Pflegequalität ist Lebensqualität!



► € (D) 19,95

Allerdings ist die Neugier ein wenig irreführend. Denn sie muss sich nicht andauernd mit dem Noch-Nie-Dagewesenen beschäftigen, sie interessiert sich auch sehr dafür, hinter die Fassade des Alten, des Bestehenden zu blicken, um es besser zu verstehen. Dementsprechend muss man als neugierige Krankenschwester oder -pfleger auch nicht jeden Aspekt seines Berufsalltags als einzigartiges Abenteuer empfinden. Wundmanagement, Pflegedokumentation oder Tabletten stellen sind nun mal keine Nordpol-Expeditionen, sondern handwerkliche Notwendigkeiten, die „halt“ dazugehören. Und so geht das mit vielen Dingen des Alltags. Von der morgendlichen Dusche bis zu den paar Buchseiten vor dem Einschlafen – lauter Routinen. Es handelt sich da-

Margit Hertlein studierte Ethnologie und BWL, hält leidenschaftlich gerne Vorträge auf Pflegekongressen, schreibt Bücher und geht seit 20 Jahren als Trainerin, Coach und Konzeptexpertin gerne ungewöhnlich humorvolle Wege. Ihre Begeisterung gilt den Themen Kommunikation und Präsentation. Sie ist Vorstandsmitglied und Mentoringbeauftragte der German Speakers Association, dem Spitzenverband deutscher Redner.



bei oft um lieb gewonnene Gewohnheiten, die wir ganz bewusst nicht gestört wissen wollen, weil sie uns Sicherheit und Geborgenheit verschaffen. Das ist in Ordnung. 24 Stunden Neugier am Tag hält kein Mensch auf Dauer aus.

Schwierig wird es allerdings dann, wenn in den zentralen Dingen des Lebens die Neugier verloren geht. Im Privaten, wenn man seinem Partner nur noch mit Desinteresse begegnet, wenn man seine Erzählungen nur noch pflichtschuldig mit genervten „Ahas“ und „Hmms“ kommentiert. Im Beruflichen, wenn ei-

nem das, was man tut, nicht mehr wichtig ist. Wenn es der Pflegenden egal ist, ob der Patient in Zimmer vier vom Arzt vielleicht falsch behandelt wird, weil es nicht ihre Aufgabe ist, das zu beurteilen. Wenn der Pfleger bei seinen täglichen Arbeiten aufhört, mit den ihm anvertrauten Senioren zu sprechen, weil er fürs Sprechen nicht bezahlt wird. Das Hinterhältige ist, dass sich die Neugier nicht mit einem lauten Knall auf einmal verabschiedet, sondern sich – wie ein Parfüm – leise verflüchtigt. Gerade noch in der Nase, schon ist es weg. Das Parfüm und genauso die Neugier. Häufig merken es die in der Pflege Beschäftigten nicht einmal, was mit ihnen da geschehen ist.

Neugier bewirkt Offenheit für die Patienten

Liebe Pflegenden: Bewahrt Euch die Neugier in der Pflege für die Menschen, die Euch anvertraut sind. Neugier in der Pflege bewirkt Offenheit für den Patienten, und die sorgt dafür, dass einem in all der Routine immer wieder das Besondere auffällt. Der gute Tag des sonst so griesgrämigen Alten, die liebevolle Anteilnahme, die ein Angehöriger dem Koma-Patienten zuteil werden lässt. Und natürlich fallen den neugierigen Menschen in den Pflegeberufen Dinge auf, die ihnen helfen, die Menschen, um die sie sich kümmern, besser zu verstehen. Neugier gegenüber den Patienten und Bewohnern führt zu einem sich Einlassen auf diese Menschen, die die Hilfe eines Fremden benötigen. Und sie werden diese Hilfe leichter annehmen, wenn sie von jemandem



ZWEI SAMEN WACHSEN ODER BLEIBEN?

Es steckten einmal zwei Samenkörner nebeneinander im Boden. Der erste Samen sprach: „Ich will wachsen! Ich will meine Wurzeln tief in die Erde senden, und ich will als kleines Pflänzchen die Erdkruste durchbrechen, um dann kräftig zu wachsen. Ich will meine Blätter entfalten und mit ihnen die Ankunft des Frühlings feiern. Ich will die Sonne spüren, mich vom Wind hin und her wehen lassen und den Morgentau auf mir spüren. Was auf mich zukommt, das werde ich schon schaffen, denn dafür bin ich ja ein Samenkorn. Und was alles passieren wird, weiß ich jetzt noch nicht, aber ich will wachsen!“ Und so wuchs der Samen zu einer kräftigen Pflanze.

Der zweite Samen sprach: „Ich bin mir nicht sicher. Ich lebe doch gut in der Erde. Was ich bisher in der Erde gemacht habe, war doch hervorragend. Wenn ich jetzt meine Wurzeln in den Boden sende, weiß ich nicht, was mich dort in der Tiefe erwartet. Ich befürchte, dass es mir weh tun oder dass ich Schaden nehmen könnte, wenn ich versuche, die Erdkruste zu durchbrechen. Ich weiß auch nicht, was dort oben über der Erde auf mich lauert. Es kann so viel geschehen, wenn ich wachse. Nein, ich bleibe lieber hier in Sicherheit und warte.“ Und so verblieb der eine Samen in der Erde und wartete.

Quelle: Hertlein, Margit: Meine 24 Lieblingsrätsel. Hellhörig Verlag



kommt, der sie als Mensch betrachtet und nicht als Werkstück, an dem es Arbeit zu verrichten gilt.

Wie es so oft ist mit guten Ratschlägen: Sie sind leichter dahergesagt, als in die Tat umgesetzt.

Alle, die schon lange in der Pflege arbeiten, haben genügend Wissen gesammelt, oft genug gehört, dass Neugier und Offenheit für den Umgang mit Patienten wichtig ist. Da ist tonnenweise Know-how vorhanden. Unglücklicherweise vergessen wir es aber im Alltag. Es ist nicht nur fürchterlich schwer, sondern es gibt auch kein Patentrezept dafür, wie es in einem körperlich wie emotional belastendem Arbeitsumfeld dauerhaft gelingt, Wissen nicht zu vergessen. Wie aus dem Know-how ein Do-how wird.

Aber: Es gibt ein paar Dinge, die zumindest die Wahrscheinlichkeit für das Do-how entscheidend erhöhen, damit man offen und interessiert durch sein Berufsleben marschiert.

1. Sehen Sie gelegentlich mal nach Ihrer Neugier-Pflanze. Hat sie noch grüne Blätter, braucht sie Wasser, vielleicht Dünger oder am Ende vor allem ganz dringend Ruhe? Versuchen Sie sich immer wieder ganz bewusst aus dem Alltagsstrott herauszunehmen und zu reflektieren. Wie mache ich meinen Job? Mache ich ihn gut? Bin ich noch neugierig auf die Menschen? Nehme ich sie noch wahr? Und wer mag, gießt die Neugier-Pflanze gemeinsam im Team.

2. Gehen Sie pfleglich mit sich selbst um. Niemandem ist geholfen, wenn Sie die ersten fünf Jahre beruflich den Sprinter geben und die nächsten 20 Jahre völlig ausgebrannt, auf dem Zahnfleisch kriechend, Dienst nach Vorschrift leisten. Das bedeutet vor allem: Überfordern Sie sich nicht! Ziehen Sie klare Grenzen, was Sie sich zumuten können, und wo Schluss ist. Und sorgen Sie dafür, dass Ihnen der Beruf wichtig ist, er aber nicht zu Ihrem einzigen Lebensinhalt wird.

3. Spielen Sie im Pflegealltag Detektiv oder Miss Marple. Stellen Sie sich Aufgaben, die es zu lösen gilt. Warum heißt der oberbayerische Herzpatient aus Zimmer sieben Jean-Luc mit Vornamen? Wer ist die junge Frau, die als gerahmte Fotografie auf dem Nachtkästchen des Seniorenheim-Bewohners steht? Die Neugier wird dann von ganz alleine wiederkommen, wenn sie überhaupt jemals weg war. Menschen sind nun mal das Spannendste und manchmal das Anstrengendste, was die Welt so zu bieten hat. Und in der Pflege sind Sie ganz nah an den Menschen dran. Na dann: Bleiben Sie neugierig!

Den Artikel „Neugier ist der Beginn von allem“ können Sie als Podcast unter www.margit-hertlein.de anhören.

Margit Hertlein, Training & Coaching & Vorträge
Lerchenstraße 1, 91781 Weißenburg
margit@margit-hertlein.de