



Julia Fröder – 26. April 2025

Als „Grüner Herr“ im Krankenhaus

Ich bin Julia Fröder, Redakteurin der Bischöflichen Pressestelle in Koblenz. Lagten Sie schon mal im Krankenhaus? Waren angespannt wegen einer unsicheren Diagnose, wegen einer OP, die ansteht, weil Sie nicht wussten, wie es nach der Entlassung daheim weitergehen soll? Ich selbst war mal mit so 18, 19 Jahren im Krankenhaus, als es plötzlich klopfte. Aber kein Arzt, keine Ärztin in einem weißen Kittel betraten das Zimmer, sondern eine Frau in einem grünen Kittel.

Ob sie mir etwas Gutes tun könnte, fragte sie mich. Sie sei eine Grüne Dame. Ich war total überfordert und gab ihr einen Korb.

Heute würde ich vielleicht anders reagieren, denn nun weiß ich um den Dienst der Grünen Damen und Herrn. Letztens lernte ich beim Termin mit Weihbischof Brahm einen Grünen Herrn kennen, der mir im Gedächtnis blieb. Damals dachte ich mir schon, der wäre was für den Podcast.

Denn er senkt den Altersschnitt der Grünen Damen und Herren. Er ist 37 Jahre alt und könnte somit eher ein Sohn oder sogar ein Enkel der anderen Ehrenamtlichen sein. Ich habe also mit Daniel Schmidt, der in Kirchen bei Betzdorf im Westerwald wohnt, über sein eher ungewöhnliches Ehrenamt gesprochen.

In seinem Alter trainiert man für gewöhnlich eher die F-Jugend im Fußball, als kranke Menschen im Krankenhaus zu besuchen. Doch seit eineinhalb Jahren ist der

Softwareentwickler wöchentlich Gast auf der Gefäßchirurgie und begegnet dort auch Menschen, die gerade eine Amputation hinter sich haben oder seit Monaten in der Klinik liegen.

Hallo Daniel, wie bist du überhaupt auf dieses Ehrenamt aufmerksam geworden?

(Daniel Schmidt) Also tatsächlich habe ich mich einfach online darüber informiert. Ich habe, als ich in Wolfsburg gewohnt habe, bereits ein bisschen was im Altersheim gemacht und mir war klar, dass ich jetzt dann hier in der Region auch irgendwas in der Richtung machen wollte. Zurück ins Altersheim wollte ich nicht mehr und habe nach was anderem gesucht. Und da ist mir dann eben der Krankenhausbesuchsdienst aufgefallen und dachte mir, das probiere ich mal aus.

Und wie wurdest du da aufgenommen von den anderen Ehrenamtlichen? Die sind ja auch alle was älter. Ich habe sie ja mal kennengelernt bei einem Treffen. Also du stehst da vom Alter ja raus.

Ja, das stimmt. Bei uns sind die auch alle ein bisschen älter. Ich würde mal sagen so im Durchschnitt etwa 20 Jahre älter.

Aber ich wurde sehr, sehr herzlich aufgenommen. Und ich würde sagen, gerade im Gegenteil, die haben sich riesig gefreut, dass mal jemand etwas Jüngeres sich auch dahin verirrt. Also von dem her war das überhaupt gar kein Problem.

Und wie ist es auf der anderen Seite? Wie sind die Patientinnen und Patienten drauf, wenn du da reinkommst?

Ich habe jetzt nicht die Referenz, wie sie reagieren, wenn ich jetzt 25 Jahre älter wäre. Ich habe nur die Referenz, wie es jetzt bei mir ist. Und das ist wie bei den anderen auch immer höchst unterschiedlich, hat aber meiner Meinung nach gar nichts mit dem Alter zu tun, sondern liegt einfach daran, dass man da natürlich schon irgendwie in einen Raum kommt, wo die Menschen sich vielleicht schwach, verletzlich fühlen, manchmal vielleicht auch nicht optisch in dem Zustand sind, den sie sich wünschen würden. Und dementsprechend reagieren Menschen da schon unterschiedlich. Die einen sind total froh, dass jemand vorbeikommt, um zu reden. Bei den anderen merkst du, dass das gerade eher ein bisschen ungelegen kommt. Aber man kriegt da superschnell ein Gespür dafür, wo man jetzt ein bisschen länger bleiben kann und wo man vielleicht dann auch relativ schnell wieder Tschüss sagt.

Wie beginnst du denn so einen Dienst, sage ich jetzt mal? Wie läuft das so ab? Wie oft machst du das die Woche, von wann bis wann, von der Uhrzeit her?

Da sind wir flexibel. Ich mache das jetzt einmal in der Woche. Theoretisch möglich wären auch zweimal in der Woche oder einmal alle zwei Wochen. Da ist man völlig flexibel. Dann für sich kommt man da ins Krankenhaus, zieht sich seinen Kittel an. Man hat eine Station. Dementsprechend sind auch die Stationsleiter und Leiterinnen bereits bekannt. Man meldet sich kurz an, sagt, dass man da ist, dass man jetzt seine Runde machen möchte.

Meistens kriegt man da schon das erste Lächeln, weil man eben da ist. Das ist ja auch etwas, wofür jetzt Pflegerinnen und Pfleger häufig keine Zeit haben, sich wirklich über längere Zeit mit einem Patienten zu beschäftigen und auch mal die Lebensgeschichte zu hören und so weiter. Dementsprechend sind die ja auch froh, dass sie da ein bisschen Unterstützung bekommen.

Und dann geht es eigentlich von Zimmer zu Zimmer und dann wird geguckt, wo bleibt man hängen. Manchmal kann es auch sein, dass ich nur zwei, drei Zimmer schaffe, weil in zwei Stunden nur zwei Gespräche zustande kommen, weil die so intensiv sind, dass jedes Gespräch gefühlt eine Stunde dauert. Manchmal schaffe ich auch die ganze Station, weil dann eben die Gespräche von 10 bis 15 Minuten anhalten. Das ist höchst individuell, aber so ist eigentlich der Rhythmus eines solchen Besuchsdienstes und meistens ist man dann ungefähr zwei Stunden im Krankenhaus.

Das ist ja einfach der Vorteil, dass du da mit denen lange reden kannst und die Zeit hast. Hallo, wie geht's? Und dann hört man ein bisschen Smalltalk. Das Tiefe kommt ja erst nach den Sachen wie, heute ist aber kalt, heute ist aber warm. Im Fernsehen läuft nichts. Und dann geht es ja erst richtig los.

Genau, das ist ja ein Raum der Verletzlichkeit, wo Menschen nicht unbedingt gerne sind. Dementsprechend muss man auch erst mal so ein bisschen Vertrauen gewinnen und zeigen, dass man Interesse an dem Gegenüber hat und dass man jetzt nicht gekommen ist, um blöde Fragen zu stellen, sondern tatsächlich, um diese Person kennenzulernen und auch zuzuhören. Und wie du schon sagst, das entwickelt sich nicht innerhalb von ein, zwei Minuten, sondern das braucht manchmal ein bisschen Zeit. Aber dann lohnt es sich auch umso mehr, wenn dann wirklich so ein Gespräch zustande kommt.

Wie gehst du mit den Geschichten um, also was du da hörst?

Also ich für mich persönlich, vielleicht um kurz vorwegzugreifen, warum mache ich das überhaupt? Das würde dann auch ein bisschen erklären, wie ich mit den Schicksalen umgehe. Ich für mich habe das unter anderem ausgesucht, weil ich mich aus der Komfortzone bewegen möchte. Beruflich habe ich mit dem ganzen Bereich nichts zu tun. Ich habe von meinen Hobbys her nichts mit diesem Bereich zu tun. Und es ist eine

Facette des Lebens, die nun mal da ist und die wahrscheinlich auch früher oder später auf uns alle zukommen wird.

Und dementsprechend ist es mir wichtig, dass ich eben auch in meinem Leben nicht nur Friede, Freude, Eierkuchen erlebe, sondern mich halt auch mit den anderen Seiten des Lebens beschäftige. Und das ist auch immer mal wieder Überwindung. Es gibt manche Mittwoche, wenn ich da ins Krankenhaus gehen möchte, da fällt es mir schwerer, an anderen Tagen fällt es mir leichter.

Aber ich mache halt die Erfahrung, dass immer, wenn ich mich dazu aufraffe, ich es danach eigentlich nie bereue. Weil es ist nicht so, dass diese andere Seite des Lebens einem nicht auch viel beizubringen hätte. Und dass vor allem Menschen, die sich gerade in diesem Moment befinden, in der Krise, ich glaube jeder, der das schon mal erlebt hat und selbst mal in einer Krise war, weiß, dass Menschen um einen herum da noch umso wertvoller werden. Einfach nur, wenn sie da sind, wenn sie zuhören, das ist schon manchmal mehr wert als irgendein guter Ratschlag. Allein aus diesem Grund ist es einfach immer ein superschönes Gefühl, dort gewesen zu sein, auch in dem Moment, die Menschen dort strahlen zu sehen, lächeln zu sehen. Und auch wenn es nur für fünf Minuten ist, aber die mal aus dieser Dunkelheit, die dort manchmal herrscht, die da rausholen zu können, das ist schon sehr sehr schön.

Und dann eben die Frage, wie gehe ich mit den Schicksalen um? Ich würde sagen, ich nehme die schon auch mit nach Hause, ganz klar. Ich muss aber auch ehrlich sagen, ich finde da nichts Schlimmes daran. Ich würde mir, glaube ich, eher Sorgen machen, wenn es nicht so wäre und wenn mir das alles so mehr oder weniger egal wäre.

Ich denke, das ist auch so ein bisschen eine empathische Seite, die ich dadurch ja auch trainiere und mich auch in diese Menschen hineinversetze, um dadurch einfach auch beim nächsten Mal vielleicht noch präsenter und noch anwesender für diese Menschen da sein zu können. Insofern würde ich sagen, sowas mit nach Hause zu nehmen ist nichts Schlechtes, solange man dann natürlich einen gesunden Umgang damit findet. Und ganz häufig erlebt man dort eben, dass am Anfang alles sehr sehr finster wirkt und dann redet man 20, 30 Minuten mit den Menschen und plötzlich verändert sich die Atmosphäre und man stellt Fragen. Wie haben sie ihre Lebenspartner kennengelernt? Irgendwelche schönen Momente, in denen man sich irgendwie zurückerinnert und plötzlich wird aus dieser Dunkelheit, da kommt ein bisschen Licht rein. Und das ist eigentlich das, was zum Schluss eben auch in Erinnerung bleibt.

Meinst du, die sind auch froh, dass mal jemand kommt, der nicht den Patienten sieht, die Krankheit? Krankheit und vielleicht auch die Leidensgeschichte, die da dranhängt, ist häufig schon so ein bisschen das Einfallstor für das Gespräch.

Gar keine Frage, deswegen sind sie ja da und viele haben auch das Bedürfnis, sich diesbezüglich mitzuteilen. Aber ich versuche schon da halt nicht stehen zu bleiben, sondern zu gucken, welche Aspekte in ihrem Leben gibt es denn noch? Was machen sie denn irgendwie in ihrer Freizeit gerne? Oder erinnern sie sich an irgendwelche schönen Momente in ihrem Leben? Oder was waren so die einprägsamsten Momente in ihrem Leben? Das sind schon so Fragen, die ich dann irgendwann versuche, auch zu adressieren. Und das ist sicherlich etwas, was jetzt über das hinausgeht, was eine Pflegefachkraft mit den Patienten bespricht, ganz klar.

Und da mache ich schon die Erfahrung, dass diese Menschen sehr, sehr mitteilbar sind und sich sehr, sehr darüber freuen, dass da jemand ist, der auch einfach mal zuhört. Vor allem die älteren Leute, die sind da sehr, sehr aufgeschlossen.

Meinst du, die erzählen dir mehr, weil du fremd bist?

Das ist eine gute Frage. Das ist, denke ich, bestimmt so, würde ich schon sagen. Ich mache ja in dem Sinne keine explizite Seelsorge, sondern es ist ja tatsächlich nur ein Besuch, ein Gespräch, das in alle Richtungen gehen könnte. Aber da hilft es auf jeden Fall, dass man sich nicht kennt. Das denke ich schon, ja.

Wie gehst du damit rum, wenn jemand nicht mit dir reden will?

Das passiert. Ich meine, da muss man dann drüber hinwegsehen. Dann geht man ein Zimmer weiter und macht dort wieder eine ganz andere Erfahrung. Ich frage mich dann immer, wie würde ich reagieren, wenn ich in diesem Bett liegen würde? Und ich wette, es gäbe für mich auch Momente, in denen ich keinen Bock hätte, mit jemandem zu reden oder jemanden zu sehen. Von dem her nehme ich denen das überhaupt nicht übel und nehme das auch nicht persönlich.

Meinst du, du bist auch eine Art Ventil, weil ich möchte ja vielleicht meine Angehörigen nicht belasten und denen so viel zumuten von meinem Leid, meiner Klage. Und dir kann ich das ja einfach ganz gut dann sagen.

Ja, ich habe schon den Eindruck, dass da erstmal Luft rausgelassen werden muss. Da ist so viel Frust und so viel Leid teilweise mit dem Spiel, dass das erstmal erzählt werden muss, bevor man sich dann überhaupt, ich sage mal, positiveren Fragen widmen kann. In unserer Lebensphase ist ja in der Regel alles Friede, Freude, Eierkuchen, weil's gut läuft. Wenn jetzt jemand in der Familie schwer krank ist oder kinderkrank sind, da kann man ja eigentlich dem Thema Tod und Krankheit selten aus dem Weg gehen.

Du gehst in diese Situation rein. Also du kannst ja auch die C-, F-Jugend was weiß ich was trainieren.

Ich würde sagen, jede Form des Ehrenamtes ist erstmal sehr, sehr hoch anzurechnen. Und auch wenn man die C-, F-Jugend der Fußballmannschaft trainiert, finde ich das auch klasse. Für mich war das wirklich eine willentliche Entscheidung, mich irgendwo hineinzubegeben, wo ich sonst keine Berührungspunkte habe, weil ich glaube, dass man sich nicht früh genug auf diese Zeiten vorbereiten kann. Sie sind Teil unseres Lebens, auch wenn wir sie häufig nicht wahrhaben wollen oder sie willentlich verdrängen.

Aber die meisten Menschen holt das irgendwann ein. Und ich an meiner Stelle frage mich dann, wenn ich in der Situation bin, wäre ich dann nicht auch froh darüber, wenn da jemand vorbeikommen würde und sich einfach mein Leid einfach mal anhören würde. Und ich hoffe, dass diese Person irgendwann in der Zukunft auch für mich da sein wird, so wie ich jetzt eben heute für die anderen da bin.

Aber das ist eben etwas, was ich diesen Menschen gebe, solange ich es noch habe, um es vielleicht irgendwann selbst nehmen zu können, wenn ich es eben nicht mehr habe.

Hast du jetzt dadurch mehr oder weniger Angst vor Krankheit und Krankenhaus? Weil jetzt weißt du, was eines kommen kann und muss man vielleicht eher erklären.

Für mich ist das glaube ich eher eine andere Form der Konfrontationstherapie in Führungszeichen, weil ich auch ganz ganz häufig Menschen kennenlerne, die wirklich richtigen Scheiß erlebt haben und trotzdem noch dasitzen und lachen und fröhlich sind und hoffnungsvoll sind. Und diese Menschen inspirieren mich. Das sind nicht alle. Und ich urteile auch nicht darüber, wenn das eine Person eben nicht kann.

Dann ist das genauso gerechtfertigt. Aber dass es diese Menschen gibt und das sind nicht wenige, die wirklich vieles ertragen haben und trotzdem noch dem Leben so positiv gegenüberstehen, das will ich für mich mitnehmen. Und so möchte ich in Zukunft, hoffe ich zumindest, auch mit Krankheiten umgehen, die mir dann irgendwann widerfahren.

Ob ich das schaffe, steht dann in einem anderen Buch. Aber zumindest ist das meine Absicht. Und heute kriege ich auf jeden Fall schon mal viele Rezepte mit, wie man das angehen kann.

Hast du denn vorher eine Schulung bekommen?

Also am Anfang läuft man auch mit Grünen Herren oder Damen mit. Also man geht da am Anfang nicht alleine los, sondern die ersten zwei, drei Male ist man bei jemandem mit dabei, guckt sich das an. Und man hat auch zusätzlich Schulungen.

Und was auch wichtig ist, wir treffen uns alle zusammen alle zwei Monate. Dort tauschen wir uns generell aus. Was haben wir erlebt? Welche Situationen haben uns gefordert, vielleicht auch überfordert? Dass wir da auch untereinander vielleicht uns eine Stütze sein können.

Und zusätzlich haben wir dann eben Schulungen, beispielsweise Trauerarbeit, Gesprächsführung, generell über Krankheiten, speziell im Alter, Demenz und so weiter. Worauf ist zu achten? Also ja, da wird man schon gut begleitet und wird nicht einfach ins kalte Wasser geworfen.

Ist glaube auch ein Thema, was schon mal kommt?

Ich hatte eine Patientin, die tatsächlich so hoffnungslos war bereits, dass sie eigentlich nicht mehr leben wollte und selber gesagt hat, wenn ich nicht die Befürchtung hätte, dass ich noch Schuld in meinem Leben hätte, dann wäre ich jetzt eigentlich lieber nicht mehr da. Also das sind tatsächlich auch Momente, wo Menschen viel über ihr eigenes Leben nachdenken und wo, glaube ich, auch sehr, sehr viel hochkommt. Ich bin da bewertungsfrei unterwegs.

Und wenn überhaupt, dann versuche ich den Menschen die Angst und die Schuld zu nehmen. Das, glaube ich, geht besser von einer neutralen, fremden Person als dann häufig von einem Familienmitglied. Beispielsweise bei dem, was ich gerade genannt habe, mit der Schuld, die einen hindert, von dieser Welt zu gehen.

Das war natürlich religiös bedingt, gar keine Frage. Das war wahrscheinlich, könnte ich mir vorstellen, sogar eine kindliche Prägung im Sinne von Pass auf, was du tust. Das spielt definitiv eine Rolle.

Glaube generell spielt häufig eine Rolle. Man philosophiert auch schon mal mit den Patientinnen darüber, was danach kommt. Oder wenn es ältere Menschen sind, die bereits verstorbene Ehepartner haben, philosophiert man darüber, ob diese Person noch zuhört oder nicht.

Das sind alles Fragen, die in diesem Raum eine extrem große Bedeutung spielen, die vielleicht im Alltag untergehen. Aber wenn man dann plötzlich wochenlang in einem Bett gefesselt ist und viel Zeit zum Nachdenken hat, dann glaube Gott und sowas tatsächlich sehr, sehr relevante Themen werden, die dann auch in dem Moment an Bedeutung gewinnen. Aber du hast jetzt ja auch nicht die Antworten parat.

Aber man kann darüber philosophieren?

Genau, richtig. Würde ich jetzt auch sagen. Ich habe absolut nicht die Antworten parat, denn dann habe ich nur ein paar Impulse. Aber das Philosophieren selbst ist ja

schon wieder eine Form von Therapie, solange sie hoffnungsvoll und eine hoffnungsvolle oder fröhliche Philosophie beinhaltet. Und ich habe die Erfahrung gemacht, dass diese Gespräche die Patientinnen ganz häufig nochmal strahlender oder glücklicher zurücklassen, als wenn man nur auf einer sehr realitätsbasierten Ebene unterwegs ist.

Vielen Dank Daniel für den Einblick in dein Ehrenamt und vielen Dank an alle Grünen Damen und Herren unabhängig ihres Alters und ein herzliches Dankeschön an alle Menschen, die sich Zeit für andere nehmen.