



*»Empathie ist ein Schlüsselfaktor für die Arzt-Patienten-Beziehung und den Behandlungserfolg.«
(Prof. Hartmut Schröder)*

Interview mit Professor Hartmut Schröder

Die heilende Kraft der Sprache

Prof. Dr. phil. Hartmut Schröder ist Dipl.-Sozialwissenschaftler und promovierte in Sprachwissenschaft an der Universität Bielefeld. Als Austauschwissenschaftler war er in Moskau und später in Finnland als Lektor und Dozent tätig. Heute hat er einen Lehrstuhl für Sprachgebrauch und Therapeutische Kommunikation an der Kulturwissenschaftlichen Fakultät der Europa-Universität Viadrina in Frankfurt an der Oder inne. Wie Sprache im therapeutischen Kontext praktisch eingesetzt wird, hat er während diverser Weiterbildungen in psychotherapeutischen Verfahren erlebt, z. B. in Katathymem Bilderleben, Imaginativer Körper-Psychotherapie und BodyTalk. Außerdem befasst er sich mit Entspannungs- und Klangtherapie sowie mit Hypnocoaching. Beim GfBK-Kongress im Mai 2014 in Berlin sprach Professor Schröder über die heilende Kraft der Sprache.

Gibt es wissenschaftliche Belege dafür, dass Kommunikation einen Beitrag zur Genesung leisten kann?
Kommunikation kann zu einem komplementären Wirkmittel für die Behandlung werden. Den starken Einfluss gesprochener Worte belegen die Erkenntnisse aus der Psychoneuroimmunologie. In achtsamer Kommunikation formen wir Wörter, Sätze und Texte so, dass sie heilsam werden. Wichtig ist dabei, dass der Inhalt des Gesprochenen auch zum Ausdruck in der nonverbalen Kommunikation passt. Drücken Stimme oder Körperhaltung etwas anderes aus, glauben wir automatisch der nonverbalen Botschaft; denn der Körper lügt nicht.

Dass der Patienten-Arzt-Dialog wichtig ist, leuchtet ein. Ist es aus Ihrer Sicht sinnvoll, Ärzte in bestimmten Methoden der Kommunikation fortzubilden?

Ich bin kein Anhänger von Kommunikationstrainings. Kommunikation ist eine Kunstfertigkeit, sie ist einfach und zugleich schwierig. Hilfreicher als die »Technik« ist die innere Haltung. Ärzte und andere Therapeuten versuchen leider viel zu oft, eine »professionelle Distanz« zum Patienten zu wahren, weil dies lange so gelehrt wurde. Distanz nimmt der Kommunikation die heilsame Kraft. Ich empfehle daher die »professionelle Nähe« zum Patienten. Heilung hat etwas mit Liebe, Präsenz und Mitgefühl zu tun. Da darf und soll die zwischenmenschliche Beziehung aus meiner Sicht ruhig auch etwas enger sein. Diese Nähe ist notwendig, um eine gute Passung zwischen dem Therapeuten und seinem Patienten herzustellen. So kann er dem kranken Menschen besser dienen. Denn das Wort »Therapeia« bedeutet ja ursprünglich »dienen«. Darauf sollten wir uns zurückbesinnen.

Was meinen Sie mit »Passung«? Manchmal erleben Ärzte ihre Patienten auch als schwierig. Ist dann bei der Kommunikation etwas schief gegangen?

Nun ja, es gibt keine richtige oder falsche Kommunikation. Therapeutische Kommunikation ist im Grunde extrem ganzheitlich. Zwischen dem Behandler und dem Patienten soll gerade die Kommunikation stimmen bzw. passend gemacht werden. Das ist ein Prozess. Die Bedeutung von Wörtern ergibt sich oft erst im Dialog und vor einem bestimmten Hintergrund. In diesem Sinne gibt es auch keine »schwierigen Patienten«, sondern eher schwierige Situationen oder eben Passungsprobleme. Gelingt es dem Therapeuten, den Patienten mit Worten zu berühren, die innere Bilder auslösen, dann helfen diese dem Patienten, seine Ressourcen zu finden und sich als selbstwirksam zu erleben. Selbst ein Schweigen ist Kommunikation und kann mitunter ganz viel Mitgefühl ausdrücken.

In dieser Ausgabe:

S. 1–2 Interview mit Prof. Hartmut Schröder **S. 3** Die Sprachlosigkeit überwinden – vom Umgang mit Krebs in Partnerschaft und Familie **S. 4** Amygdalin/B17 **S. 5** Auf dem Weg der Heilung: Freude und Liebe in die Welt bringen **S. 6–7** Interna **S. 8** Termine

*»Der Mensch
ist die beste Medizin
für den Menschen.«
(aus China)*

Welche persönlichen Eigenschaften braucht ein guter Therapeut hinsichtlich der Kommunikation mit seinen Patienten?

Ein Arzt, der Kommunikation als Heilmittel nutzen möchte, sollte fähig sein, Gespräche wirklich dialogisch zu gestalten. Das bedeutet, nicht von oben herab die Behandlung zu verordnen, sondern dem Patienten eine aktive Rolle zu geben und ihn in Entscheidungen einzubeziehen. Nur im Dialog erkennt er die individuellen Ziele und Ressourcen des Patienten. Dafür braucht der Behandler eine Grundhaltung von Offenheit, Neugier und Liebe. Die Offenheit betrifft auch und besonders das Ziel des Patienten. Nicht jeder Patient hat die Absicht, gesund zu werden. Es gibt keine Pflicht zur Genesung. Das bedeutet in letzter Konsequenz auch, dass ein Therapeut Menschen auf ihrem Weg bis an das Ende begleitet, dass Therapie (verstanden als »dienen«) auch den Prozess des Sterbens umfasst.

Wenn Krebspatienten ihre Diagnose erfahren, ist das für die meisten eine potenziell traumatisierende Situation. Was kann der Überbringer der Nachricht beachten, damit er die Lage nicht noch zusätzlich verschlimmert?

Dazu gibt es kein Patentrezept, und ich kenne auch kein wirklich gutes Kommunikationstraining. Vielleicht sollte es eher darum gehen, Ärzte für die Thematik zu sensibilisieren und nach individuellen Lösungen zu suchen. Empathie ist an dieser Stelle auf jeden Fall besonders wichtig. Und: Man sollte deutlich unterscheiden zwischen der Diagnose und einer Prognose. Hufeland hat in diesem Zusammenhang einmal gesagt: »Den Tod verkünden heißt den Tod geben, und das kann niemals ärztliche Aufgabe sein.« So eine Prognose steht einem Arzt nicht zu. Er kann sich zwar auf Erfahrungswerte und statistische Wahrscheinlichkeiten beziehen, aber er kann nicht wissen, wie lange ein bestimmter Patient noch leben wird. Das wäre eine Anmaßung. Stattdessen muss die Diagnose verständlich erklärt und sollten Behandlungsmöglichkeiten, d. h. auch Alternativen, aufgezeigt werden. Selbst wenn das Behandlungsziel sich in erster Linie auf das Reduzieren von Schmerzen oder nur auf das Eindämmen der Krankheit richtet, lautet seine wichtigste Botschaft an den Patienten: »Ich traue Ihnen Gesundung und Heilung zu.« Dabei ist »Heilung« im weitesten Sinne als »heil« bzw. »ganz werden« zu verstehen. Und da sind wir natürlich wieder bei der inneren Haltung des Therapeuten selbst. Traut er dem Patienten wirklich zu, trotz der Herausforderungen durch die Krankheit »heil« zu werden, so wird er das verbal und nonverbal ausdrücken. Das gibt dem Patienten Zuversicht und stärkt seine Selbstwirksamkeit. Über seine Spiegelneuronen bekommt der Patient genau mit, ob der Arzt wirklich an ihn glaubt oder ob er ihn mit Allgemeinplätzen abspeist, während er in Wirklichkeit denkt: »Du wirst sterben.« Das gilt übrigens auch für Menschen, die schulmedizinisch als austherapiert gelten. Ein ehrliches »Ich begleite Dich und bin da, was immer auch kommt« kann Angst nehmen und auf diese Weise die Lebensqualität verbessern und die Selbstheilungskräfte stärken.

Bei Medikamenten spricht man von Placebo-Effekten, wenn der Glaube an die Arznei zu deren Wirkung beiträgt. Gibt es solche Effekte auch in Zusammenhang mit der Kommunikation?

Allerdings. Dass die Worte des Arztes die Wirkung einer Behandlung verstärken können, ist erfahrungsmedizinisch gut belegt. Weniger Aufmerksamkeit richtet sich auf die gegenteilige Wirkung, den sogenannten Nocebo-Effekt. Nebenwirkungen treten beispielsweise vermehrt auf, wenn der Patient den Beipackzettel gelesen hat. Der Nocebo-Effekt ist vermutlich sogar stärker als der Placebo-Effekt. Sensibel umgehen sollte man auf jeden Fall mit Informationen, die uns über die modernen Medien erreichen. Was Sie z.B. aus dem Internet erfahren, ist ja nicht immer valide. Dennoch hat das Gelesene eine Wirkung auf Sie und kann auf Ihren Körper wirken – selbst wenn die Informationen nicht den Fakten entsprechen.

Was können Patienten selbst zu einer heilsamen Kommunikation beitragen?

Viel. Das fängt schon bei der Selbstkommunikation an: Wie spreche ich zu mir selbst in meinen inneren Dialogen? Die meisten von uns kennen das: In unseren Selbstgesprächen sind wir nicht immer freundlich zu uns. Manchmal bezeichnen wir uns selbst sogar mit Schimpfwörtern. Selbstvorwürfe wie »Du bist ein Versager! Du hast die Krankheit verdient.« haben Auswirkungen auf das körperliche Geschehen. Sie sind für die Heilung nicht förderlich. Die eigenen Gedanken, Gefühle, Erwartungen, selbst bestimmte Wörter haben einen Einfluss auf den Verlauf von Erkrankungen. Gedanken und Gefühle aufzuschreiben, liebevoll mit mir selbst ins Gespräch zu gehen, kann ein Weg der Versöhnung im Inneren sein: Versöhnung mit mir selbst, mit meinem Schicksal und mit meiner Krankheit.

Lieber Herr Professor Schröder, haben Sie herzlichen Dank für Ihre klaren und offenen Worte.

Mit Professor Hartmut Schröder im Dialog war PetRa Weiß.

KONTAKT

Therapeium Innovative Konzepte (TIK) GmbH
Prof. Dr. Hartmut Schröder
Hohenzollernstr. 12
14163 Berlin
www.therapeium.de