



Sprache, die beruhigt

Seien wir mal ehrlich: Der Titel dieses Buches lässt im ersten Moment auf ein Paradoxon schließen, oder? »Sedieren ohne Medikamente« – das widerspricht sich doch! Dass dem keineswegs so ist, zeigen bereits die ersten Seiten des Buches von Elvira V. Lang und Eleanor D. Laser. Die beiden Autorinnen nehmen die Lesenden in eine spannende Welt mit, in der verbale und nonverbale Verhaltensweisen der situationsgerechten Beruhigung von Patient:innen dienen. Beispielsweise wird das Dilemma zwischen Nähe und Distanz beleuchtet. Die ärztliche Handlung geschieht in einer intimen Nähe zu den Patient:innen, zu denen emotional oft eine große Distanz besteht. Was für Ärzt:innen tägliche Routine ist, kann für Patient:innen ein strapaziöses Unterfangen sein. Deshalb ist es absolut wichtig, Rücksicht auf den persönlichen Raum der Patient:innen zu nehmen, ihre Emotionen zu respektieren und sie ausdrücklich nach ihrem Einverständnis zu körperlicher Berührung zu fragen. Auf diese Weise kann ein entspanntes Zusammenarbeiten funktionieren.

Sehr interessant ist auch die Darstellung der verschiedenen Wahrnehmungsstrategien. Alle, für die das neurolinguistische Programmieren (NLP) bisher ein abstrakter Begriff aus der Psychologie war, werden anschaulich aufgeklärt. Den Autorinnen gelingt es sehr gut, die Sinnespräferenzen anhand von Beispielen zu definieren. Es bedarf einer exakten Beobachtung der Ausdrucksweise der Patient:innen, ob diese visuell, auditiv, kinästhetisch, olfaktorisch oder gustatorisch veranlagt sind. Der nächste Schritt ist dann die Spiegelung der Vorgabe der Patient:innen. Obwohl diese Sinnespräferenzen absolut logisch und einprägsam klingen, finde ich es persönlich eine riesengroße Herausforderung, solche Wortfeinheiten in der alltäglichen Praxis zu berücksichtigen. Ob ich einen Befund zeige, erkläre, darstelle oder in kleinen Happen präsentiere, es sind Nuancen in der Bedeutung, die aber eigentlich separate »Sprachen« darstellen. Dies gilt es zu erkennen, zu erlernen und zu üben. Viel leichter habe ich mich mit der Regel »negative Suggestionen vermeiden« getan. Seit ich das Buch gelesen habe, verzichte ich auf Kommentare zum »Schlimmsein«

oder »Schmerzepfinden«. Wenn ich eine Lokalanästhesie gebe, versuche ich mittlerweile, mein Vorgehen ganz neutral zu beschreiben. Das klappt nicht nur bei Kindern sehr gut, sondern auch bei den Erwachsenen, die dadurch relativ schnell ihre anfängliche Angst verlieren und Vertrauen in die Kompetenz der ärztlichen Person gewinnen können.

Was mich beim Lesen des Buches überrascht hat, war die Aussage, dass loben kontraproduktiv sein kann. Wenn ich nicht einschätzen kann, wie hoch sich Patient:innen selbst die Messlatte setzen, kann gut gemeintes Lob auch als scharfe Kritik aufgefasst werden. Hier war der Tipp der Autorinnen hilfreich, dass eine Ermutigung zum Überwinden neuer Hürden oft besser aufgenommen wird als ein Lob über geschaffte Aufgaben. Um die Patient:innen bei einer Trance zu begleiten, werden gegen Ende des Buches verschiedene Modelle gezeigt, die den Stressabbau fördern und den Umgang mit Schmerz beeinflussen können. Die Bausteine sind sehr theoretisch formuliert und vermutlich nicht bei jeder Person anwendbar. Aber es ist sicherlich einen Versuch wert, die Patient:innen aus ihren Sorgen und Ängsten einen imaginären Sandhaufen aufbauen zu lassen, den viele kleine Ozeanwellen langsam ins Meer abtragen. Alternativ kann auch die Metapher des roten Ballons verwendet werden, um den Ballast in die Höhe schweben zu lassen. Dies sind nur zwei der vielen Möglichkeiten, ganz individuell ohne Medikamente zu sedieren.

Zusammengefasst dürfen sich die Lesenden bei diesem Buch über ein sehr facettenreiches Repertoire an Gesprächs- und Verhaltenstechniken im Umgang mit Patient:innen freuen, die erstaunen und zur Nachahmung anregen.

Veronika Raab



Elvira Lang, Eleanor D. Laser: Sedieren ohne Medikamente

Schnelle Hypnosetechniken für Klinik und Praxis
Heidelberg: Carl-Auer-Verlag, 2022

ISBN 978-3-8497-0392-9